# من نفحات الشيخ
# محمد متولي الشعراوي

# العلاج بالأعشاب

# الطب النبوي

## الطب النبوي ليس حفرية في أرض الدراويش

هناك العديد من الآراء ووجهات النظر حول: ما هو الطب الإسلامي ؟ أهو علم طبي خاضع تمام الخضوع لمراد الله، أم هو فن العلاج الذي ينتهجه المسلمون في أفضل صورة عندما يكون المسلمون في أفضل أحوالهم؟ أم أنه الطب الأكثر حداثة، المهتدي بالتعاليم الإلهية والمتطابق تمام التطابق معها؟ وأي تلك التعريفات المختصرة سيكون صائبًا؟ إننا نحتاج لوضع بعض المعايير بهدف الوصول إلى فهم مشترك. وطبقًا لما أفهم من روح التعاليم الإسلامية الواردة في القرآن والسنة اقترحت في عام ١٩٨١ هذه الخصائص الست الأساسية للطب الإسلامي:

١- ضرورة الخضوع للتعاليم والآداب الإسلامية.

٢- ضرورة أن يكون منطقيًّا في الممارسة.

٣- ضرورة أن يكون شاملاً في اهتماماته؛ بحيث يعطي اهتمامات متساوية لكل من الجسد والعقل والروح، وللفرد كما للمجتمع.

٤- ضرورة أن يكون عالميًّا في تناوله، آخذًا في الاعتبار كافة الموارد، وموجهًا فائدته للجميع.

٥- ضرورة أن يكون علميًّا في منهجيته، مؤسسًا استنتاجاته المنطقية على الملاحظات الصحيحة، والإحصائيات الدقيقة والتجريب الأمين.

٦- ضرورة أن يكون ممتازًا ومتميزًا، محققًا ما عجزت عن تحقيقه فنون العلاج الأخرى.

منذ خمسة عشر عامًا كانت لدي فرضية نظرية تقول: إن الخصيصة السادسة من تلك الخصائص الست سوف تأخذ مكانها إلى حيز الوجود تلقائيًا إذا تم الالتزام بالخصائص الخمس الأولى، والآن بعد تسعة أعوام من محاولات الالتزام بتلك الخصائص فإن الفرضية

تبدو الآن حقيقة. كانت تلك الأفكار التي طرحتها في المؤتمر الدولي الأول للطب الإسلامي الذي عُقد بالكويت في يناير ١٩٨١ أفكارًا منطقية على الرغم من أنها كانت أفكارًا نظرية وغير مثبتة، لكننا قمنا بوضع برنامج لعلاج ما يُسمى بالأمراض غير القابلة للعلاج inducrable diseases بدأنا في تطبيقه منذ عام ١٩٨٦ في كل من بنما سيتي Panama City في فلوريدا ودبي بالإمارات العربية.

وقد شملت قائمة الأمراض التي تعاملنا معها من خلال ذلك البرنامج أمراضًا كانت تُعد غير قابلة للعلاج مثل: بعض حالات السرطان المتأخرة Metastatic Cancers ،وكل الأمراض الانحلالية المزمنة diseases Chronic degenrative في كل من العظام والمفاصل، وأمراض القلب والجهاز الدوري، وأمراض الجهاز العصبي المركزي، وأمراض الكبد كالتهاب الكبد الوبائي المزمن النشط Hepatitis Chronic Active والتشمع الكبدي المبكر Early

Chronic Cirrhosis، وأمراض الجهاز التنفسي مثل: المرض الرئوي الانسدادي المزمن Chronic Obstructive Pulmonary، والأمراض المناعية الذاتية Autoimmune diseases مثل الروماتويد Rheumatiod والذئبة الحمراء Lupus Erythematosis والتصلب الجلدي Seleroderma وغيرها، إضافة إلى الربو الشعبي وأمراض الحساسية، وأخيرًا مجموعة مثيرة من الأطفال الذي يعانون من التخلف العقلي وعدد آخر من الاختلالات الوراثية Genetic Abnormatities.

كان هؤلاء المرضى جميعًا يجمع بينهم شيء مشترك: أنهم قد فشلوا في الاستجابة للعلاج الطبي الحديث، إضافة إلى أن البعض كان بلا علاج من الأساس، هذا البرنامج الذي أتحدث عنه هو برنامج العلاج المناعي متعدد الأساليب Multimodality Immunotherapy program(MIP) ويتضمن العديد من الأساليب العلاجية البديلة،

والتي تشمل برنامجًا غذائيًا والعديد مـــن الإضـــافات الغذائيـــة مثـــل: الأعشاب الطبية والفيتامينات والمعادن والإنزيمات التي تؤخـــذ عـــن طريق الفم أو الحقن في الوريد، مع علاج لارتفاع الحرارة، مع الحقن بالأوزون ومركب Hydrogen Peroxide مع العـــلاج بالمركبـــات الخطافية Chelating Therapy وعـــلاج دمـــوي بالأشـــعة فـــوق البنفسجية، والوخز بالإبر الصينية والعلاج الطبيعي والتمارين، وفـــوق ذلك كله علاج تأهيلي شامل للمشاعر، مع تقديم استشارات حول كيفية التخلص من العواطف السلبية، والتدريب على التغذية الحيوية المرتجعة Biofeedback والتخيل التـــصويري الموجـــه Guided Imagery وأساليب تبصيرية أخرى Visualization Techinques، كما يتلقى مرضى السرطان علاجًا باســـتخدام Tumounrs antigen وكـــذلك بعض المنتجات الطبيعية ذات التـــأثير الاختيـــاري المـــضاد للخلايـــا السرطانية، ويتضمن البرنامج إحداث تغيير جذري في طريقة المريض

في الأكل والتفكير والعيش، ويتطلب -كـذلك- الـتخلص مـن كـل الرواسب الضارة التي ربما نتجت من التعـرض الطويـل للملوثـات البيئية.. وباختصار العيش بطريقة أكثر تلاؤمًا مع التعـاليم الدينيـة، وأكثر ارتباطًا بالحياة الصحية.

وعلى الرغم من أن البرنامج لا زال في مراحل التطـوير، ولا زال بعيدًا عن الوصول (للمال) فإن هناك بعض النتائج التي تبدو مـستحيلة -طبقًا للمعايير الطبية الحديثة- لهؤلاء المرضى الذين لم يكن متوقعًـا أن تتحسن حالتهم نهائيًا، وفجأة يبدءون في التحسن الجزئي أو الكلـي، وتصل معدلات التحسن المبكرة إلى ٨٠% في الأمـراض الحميـدة، و٢٥-٣٠% في الأمراض الخبيثة التي كان يُظن -حتى هذه اللحظة- أنها مميتة، نحن لا نستطيع الآن التحدث عن معدلات شفاء أو عـلاج حتى تتم متابعة المرضى لمدى خمسة أو عشرة أعوام على الأقل.

وبين نقطة البداية بمرض مزمن كان يُظن أنه غير قابل للعلاج، وبين نقطة النهاية بتحقق الشفاء الذي كان يُظن أنه مستحيل هنـــاك طريـــق طويل من الاكتشافات، طريق مليء بمعانٍ جديدة لحقائق قديمة، وطرق مثيرة وجديدة لفهم الصحة والحياة: إنه شيء أشبه بالسير في طريـــق مفروش بالورود، ترى فيه بعينيك براعم الورود تتفتح من حولك وأنت تسير.

فقد توصلنا لفهم جديدة لأجزاء مـــشهورة مـــن الآيـــات القرآنيـــة أو الأحاديث النبوية، فهم جديد للاستجابات المرضية الفسيولوجية المختلفة وآليات العلاج، فهم للروابط بين الأمـــراض المزمنـــة والاخـــتلالات المناعية؛ فكل المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة سواء حميـــدة أم خبيثة الذين رأيناهم سواء في بنما ســـيتي City Panama أم فـــي دبي، والذين تم تقييم حالتهم المناعية –وجد أن لديهم درجة مـــا مـــن النقص والاختلال المناعي، والتي تختلف في تفاصيلها مـــن مـــريض

لآخر، ولكن يبدو أن هناك شكلاً معيناً للاختلالات المناعية أكثر تواجدًا مع أمراض معينة أو مجموعات معينة من الأمراض. وتم فهم العلاقة بين الأمراض المزمنة والمشاعر السلبية البادية؛ حيث إن كل المرضى الذين يعانون من أمراض مزمنة سواء أكانت حميدة أم مزمنـــة لـــديهم كميات زائدة من المشاعر السلبية الظاهرة، وذلك مـــن قبـــل أن يـــتم تشخيص أو من قبل أن تظهر عليهم أمراضهم المزمنة، وحينما تظهر عليهم الأمراض المزمنة تزيد مشاعرهم السلبية الظاهرة.

**فهم جديد لبعض الآيات القرآنية:**

نحن نعرف الآن من دراساتنا المبكرة أن الاستماع إلى القرآن له تأثير مباشر في تقليل التوتر، وتأثير غير مباشر –وربما مباشر– في حفـــز الجهاز المناعي؛ مما يساهم –بالتحديد– في عملية الشفاء، وكان التأثير القرآني قد تحقق بالاستماع لكلمات القرآن –حتى بدون فهم معانيهـــا– ويزيد التأثر إذا أضيف للاستماع فهم المعنى. وقد بيّنت دراساتنا التالية

أن مفاهيم قرآنية معينة ذات تأثير شديد في مساعدة المرضى في التخلص من المشاعر السلبية الظاهرة، وكذلك في التعامل مع التأثر المناعي السلبي الموجودة بصفة دائمة في الأمراض المزمنة، هذا التأثير الشفائي للقرآن ظاهر بجلاء في تأثيره المحفز للجهاز المناعي ويستخدم بصورة روتينية كجزء من البرنامج مع كل مرضانا، يستوي في ذلك المسلمون وغير المسلمين.

كذلك الحديث عن العسل وأن فيه شفاء للناس.. فقد بينت دراساتنا – ودراسات غيرنا أيضا– أن العسل له تأثير محفز للجهاز المناعي، بالإضافة للتأثيرات الشفائية الأخرى. كذلك الحديث عن الحبة السوداء وأن بها شفاء لكل داء إلا الموت، هذه العبارة فيها نقطتان من الغموض ربما لم يُفسرا مبدئيًا: الأولى التأثير الشفائي لكل داء هل تساعد في كل أنواع الأمراض التي لها طبيعة مختلفة وأسباب مختلفة؟، الثانية معنى استثناء الموت؛ إذ إن أي شخص ميت بالفعل لا حاجة به إلى الحبة

السوداء، أم أن ذلك يعني شيئًا آخر؟، اللغز الأول تم تفسيره حينما أكدت دراساتنا في عامي ١٩٨٦ و١٩٨٧ التأثير المحفز للجهاز المناعي الذي تحدثه الحبة السوداء ومن ثم يمكن أن تساهم في شفاء كل الأمراض: في شفاء حالة جراحية وبتقليل مشكلات ما بعد العمليات، وقد تم حل اللغز الثاني في النهاية -بعد أعوام من الملاحظة- حيث إنه طالما كان هناك جزء باق من الوظيفة أو الحياة في النسيج أو العضو المصاب فهناك فرصة في التحسن أو الشفاء الجزئيين أو الكليين، وفي المقابل إذا كان النسيج أو العضو قد مات نهائيًا مع فقدان كامل لوظيفته فليس هناك ثمة فرصة متاحة في التخطيط أو محاولات علاجية.

**<u>ملامح أساسية للتأثير العلاجي للعديد من الأساليب المشار إليها في التعاليم الإسلامية:</u>**

الممارسات الإسلامية المختلفة مثل: الصيام والصلاة والعادات والاتجاهات العاطفية وبعض العناصر الخاصة التي ذكر أن لها تأثيرًا

شفائيًّا مثل: القرآن والعسل والحبة السوداء وأشياء أخرى –كلها جميعًا يجمع بينها شيء مشترك هو أن ذلك التأثير يتعامل مع آليات المـــرض المستترة مثل القنص أو الاختلال المنـــاعي أكثـــر مـــن تعاملـــه مـــع الأمراض السطحية، ومن ثم فإن التأثير الشفائي حقيقي وليس مجـــرد مسكن للأمراض، الملمـــح الثـــاني: أن التـــأثير العلاجـــي اســـتعادي Restorative في طبيعته بغض النظر عن اتجاه الخلل، وهو ما يعني على سبيل المثال: أنه إذا كان عدد خلايا معين أقل من الطبيعـــة فـــإن العلاج يؤدي إلى زيادة عدد الخلايا المتأثرة، وإذا كان عدد نفس الخلايا زائدًا عن الطبيعي فإن العلاج سينتج عنه نقـــص فـــي عـــدد الخلايـــا المتأثرة، إلى جانب ذلك فإن التغير الإصلاحي –أيًّا كـــان لأعلـــى أم لأسفل– سوف يعود فقط إلى المستوى الطبيعي أو قريب من الطبيعي، وليس وراء ذلك، وهذه عادة خصيصة مشتركة للأعـــشاب الطبيعيـــة وسائر الأساليب العلاجية الطبيعية بخلاف المركبات الكمياوية المخلقة

التي يكون تأثيرها –دائما– في اتجاه واحد ومتزايدًا مع زيادة الجرعة إلى ما وراء المستوى الطبيعي المرغوب. كما اتضح –أكثر خلال التعامل مع الأمراض المزمنة المقاومة للعلاج– أن المكون المادي الطبيعي في الشخص لا يمكن فصله عن مكوناته العاطفية أو الروحية، إن علاج مثل تلك الحالات المتحدية لن يكون مؤثرًا تأثيرًا كاملاً إذا لم تتم عملية الاستعادة Restorationعلى المستوى الفيزيقي المادي الطبيعي والعاطفي والروحي، والفشل في تصحيح أي اختلال في هذه المستويات الثلاثة ربما يقلل كثيرًا من فاعلية العلاج.

**فهم آليات التعامل (التواصل) مع الخلايا المناعية الخاصة بالشخص:**

يمكن للخلايا المناعية قراءة عقل صاحبها وتسجيل المركزية فيها، وتستجيب للأشعة الكهرومغناطيسية والنبضات المارة في العقل، أي الأفكار والعواطف ومن ثم يستطيع الفرد التحكم بشدة في وظائف خلاياه المناعية بالتحكم في أفكاره وعواطفه، إن الفرد يمكن أن يكون

لدية فكرة عن مستوى أداء الخلايا المناعية تحت تأثير عواطف معينـــة بملاحظة مستوى أداء المرجحين تحت  تأثير نفس العواطف.

**التأثير الواسع المدى للعواطف السلبية والإيجابية:**

تنقية القلب من أي مشاعر للحقد أو الكره ليس –فقط– طريقًا إلى الجنة ولكنه أيضًا طريق لصحة أفضل ومناعة أفضل، وبالمثـــل فـــي كـــل المشاعر السلبية ومقابلاتها الفيزيقية الإيجابية يمكن أن يكون لها تـــأثير سلبي أو إيجابي على الصحة الفيزيقية، وعلى الأداء العام للفـــرد فـــي عالمه وما بعده.

**فهم المعنى الشامل لكلمة تلوث:**

إن التلوث العاطفي والفكري ذوي التأثير المسمم للقلب والعقل يـــسببان ضررًا بنفس القدر الذي تحدثه الملوثات الكيماويـــة والفيزيقيـــة فـــي تسميمها للجسم؛ فكل منها يمكن أن يكون له تأثيره الكافي على صـــحة أداء الشخص الكهربية وشرارة الحياة.

نحن لا نعرف طبيعة الروح كيف تؤثر في الحياة، لكننا رغم ذلك نعرف أن بعض مظاهر الحياة وجود الروح في الجسد، وأحد هذه المظاهر هي الكهربية، فطالما أن في الجسد شحنات كهربائية فذلك يعني أن الشخص لا زال حيًّا، وعندما تترك الكهربية الجسد فإن ذلك يعني أن الشخص ميت، نفس الشيء ينطبق على النباتات: النباتات الحية أي النيئة غير المطهوة وغير المقطعة –تلك النباتات بها قدر محسوس من الكهربية، ومن ثم كان للطعام الحي ذلك التأثير الشفائي – أو على الأقل جزئيًّا– بسبب شحناته الكهربائية التي تؤثر إيجابيًّا بطريقة ما على الشحنات الكهربائية لجسم الإنسان، أما الطعام الميت ربما يكون له قيمة غذائية ولكن ليست ذات تأثير شفائي؛ حيث إنه لا يوجد به كهربية، الجسم كآلة كهربائية محاط بمجال من الطاقة الكهرومغناطيسية، مجال ضوئي غير مرئي سُمي الأورا Aura هذا المجال الضوئي يمكن أن يصور الآن تصويرا كهربائيًا، تصور

كيرليان Kirlian Photography ومن ثم يمكن تقديره، ونحن نعرف الآن أن الطعام، وكذلك الحالة العاطفية يمكن أن تؤثر سلبًا أو إيجابًا على الأورا الخاصة بالشخص، وفي المقابل فإن حالة الأورا Aura يمكن أن تؤثر على حالة الجسد أيضا سلبًا أو إيجابًا، بل أكثر من ذلك فإن الأورا الخاصة بشخص ما يمكن أن تؤثر في الأورا الخاصة بشخص آخر من خلال الاتصال المادي الفيزيقي، أو حتى بمجرد الاقتراب، وهذا أيضا يمكن توثيقه من خلال التصوير الكهربائي، وحينما نصل إلى فهم هذه الآلية نستطيع أن نصل إلى تحقيق التأثير الشفائي للاتجاه العاطفي الإيجابي في الأطفال، من خلال نصح آبائهم محققين تحسنًا أو تصحيحًا في الاختلالات الجينية الناتجة عن التشوهات في الكروموزومات دونما الحاجة للهندسة الوراثية، بل فقط من خلال تغيير العوامل البيئية والغذائية.

من أكثر الملاحظات المثيرة والمحيرة، والتي تمكنا من عملها خـــلال العام الماضي كان تحسين العديد من الأطفال الذين يعانون من مشكلات وراثية، بعد استخدام بعض الأساليب في إطار البرنامج، لنعط بعــض الأمثلة: كان هناك طفل صغير عمره خمس سنوات، يعاني من تخلــف عقلي وتم التأكد فعليا من إصابته بمرض متلازم وتشوه في كروموزوم ١٠كيو+q١٠ وهي حالة لا يمكن التعامل معها مطلقًا؛ فهو لا يتحـــدث بكلمة واحدة ولا يستجيب لأية أوامر، وخلال ستة أشهر كان يـــستجيب للأوامر ويقول بعض الكلمات واستمر في التحسن التدريجي، وهنـــاك طفلة عمرها ٦ سنوات تعاني من مرض لثلاسيميا ميجور، والذي كان يتطلب نقل دم شهري وهو الآن يُعالج من خلال البرنامج منـــذ عـــام تقريبًا، وخلال الأربعة أشهر الأخيرة لم يحتج إلـــى نقـــل دم مطلقًـــا، والعديد من الأطفال الآخرين الذين كانوا يعانون من مشكلات وراثيـــة أخرى قد تحسن حالاتهم بدرجات متفاوتة، في البداية لم نستطع تفسير

تلك النتائج غير المتوقعة، ثم فكرنا أنه إذا كانت العوامل البيئية السلبية يمكنها التأثير سلبيًا على الأداء الجيني للخلية كما يحدث في الطفـــرات فربما تؤثر العوامل البيئية الإيجابية تأثيرا صلاحيا وخططنا للبدء فـــي دراسة جينية طويلة المدى في محاولة لتفسير الوضع، ولنـــرى كيـــف يمكن للعوامل العلاجية الطبيعية أن تؤثر في النسخ أو العوامل الأخرى التي ربما تكون داخلة في العملية.

الملاحظات سابقة الذكر هي مجرد ومضات من النـــور علـــى طـــول طريق طويل من الاكتشاف ولا زالت هناك مساحات كثيرة من ظـــلام مجهول، وعلى الرغم من ذلك فإن الطريق يبدو صحيحًا وواعدًا حقًا، إن الالتزام بالتعاليم الدينية يدفع للأمام.

النتيجة: تأسيسًا على الخبرات سالفة الذكر فإن تعريف وفهـــم الطـــب الإسلامي المعطى في هذه الورقة يبدو ملائمًا .

## حكمة

## الطب النبوي وعلاج كل المشاكل الجنسية

أن الإسلام لم يهمل هذا الجانب من جوانب الحياة، الذي قد يحسبه بعض الناس أبعد ما يكون عن الدين واهتماماته، بل قد يتوهم بعض الناس أنه ينظر إلى " الجنس " وما يتصل به على أنه " رجس من عمل الشيطان " وأن نظرة الإسلام إلى الجنس كنظرة الرهبانية إليه.

والواقع أن الإسلام قد عني بهذا الجانب الفطري من حياة الإنسان، ووضع فيه من القواعد والأحكام والتوجيهات ما يضمن أداءه لوظيفته، في غير غلو ولا كبت ولا انحراف.

وحسبنا ما جاء في سورة البقرة حول هذا الموضوع في قوله تعالى: وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُواْ النِّسَاء فِي الْمَحِيضِ وَلاَ تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىَ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللّهُ إِنَّ اللّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ {٢٢٢} نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُواْ لأَنفُسِكُمْ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّكُم مُّلاَقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ {٢٢٣}سورة البقرة.

وقد حفلت كتب التفسير والحديث والفقه والآداب وغيرها بالكثير مما يتصل بهذا الجانب، ولم ير علماء المسلمين أي بأس في الحديث عن هذا الموضوع ما دام في إطار العلم والتعليم، وقد شاع بين المسلمين

كافة هذا القول: لا حياء في الدين، أي في تعلمه وتعليمه، أيًا كان موضوعه.

والإسلام قد جاء لكل الأجناس، ولكل الطبقات، ولكل البيئات، ولكل العصور ولكل الأحوال، فلا ينبغي أن تتحكم في فقهه وفتاويه وتوجيه أحكامه أذواق أو تقاليد أقوام معينين، في بيئة معينة، كبيئة المسلمين العرب أو الشرقيين، فنحجر بذلك ما وسع الله، ونعسر ما يسر الدين، ونمنع الناس مما لم يمنعهم الشرع منه، بنصوصه الثوابت المحكمات.. ومن هنا أطالب الأخوة الغيورين الذين يسارعون إلى الإفتاء بالمنع والتحريم فيما لم يألفوه، أو تستشنعه أنفسهم بحكم نشأتهم وتربيتهم الخاصة، أن يتبينوا ويتثبتوا قبل الجزم بالحكم، وخصوصًا عند الإيجاب أو التحريم، وألا يأخذوا الأحكام من كتب الوعظ والرقائق، ولا من ألسنة أهل الوعظ والترغيب والترهيب، فكثيرًا ما ينقصها التحقيق والتدقيق، وقلما تخلوا من التهويل والمبالغات إلا من رحم ربك.

كما لا ينبغي عند اختلاف العلماء أن يلتزموا المذهب الأشد في ذلك أخذًا بالأحوط، فقد يكون الأخذ بالأيسر هو الأولى، لأنه الأقوى دليلاً، أو لأنه الأوفق بروح الشريعة، وحاجات الناس، وذكر في متن " تنوير الأبصار " وشرحه " الدر المختار " من كتب الحنفية جواز أن ينظر الرجل من امرأته إلى ما ظهر منها وما بطن، ولو إلى فرجها، بشهوة وبغير شهوة.

قال في " الدر ": (والأولى تركه، لأنه يورث النسيان، وأضاف آخرون أنه يضعف البصر. فعللها بتعليلات غير شرعية، إذ لم يجئ بها نــص من كتاب ولا من سنة، وهي مردودة من الناحية العلمية، فليس هنــاك أي ارتباط منطقي ولا واقعي بين السبب والنتيجة.

واستدل في " الهداية " لأولوية الترك بحديث " إذا أتــى أحــدكم أهلــه فليستتر ما استطاع، ولا يتجردان تجــرد العيــرين " أي الحمــارين. قال: وكان ابن عمر يقول:" الأولى أن ينظر ليكون أبلغ في تحــصيل اللذة ".

قال العلامة ابن عابدين:

لكن في " شرح الهداية " للعيني: أن هذا لم يثبت عن ابن عمر بــسند صحيح ولا ضعيف.

قال: وعن أبي يوسف: سألت أبا حنيفة عن الرجل يمس فرج امرأتــه، وهي تمس فرجه، ليتحرك عليها، هل ترى بذلك بأسًا؟ قال: لا، وأرجو أن يعظم الأجر). (حاشية رد المحتار على الدر المختار ٥/٢٣٤).

ولعله يشير إلى الحديث الصحيح:" وفي بضع أحدكم صدقة ". قالوا: يا رسول الله، أيأتي أحدنا شهوته، ويكون له فيها أجر؟ قال: " نعم، أليس

إذا وضعها في حرام كان عليه وزر، فكذلك إذا وضعها في حلال كان له أجر. أتحتسبون الشر، ولا تحتسبون الخير؟! ". رواه مسلم. فرضي الله عن أبي حنيفة ما كان أفقهه!.

أما الحديث الذي استدل به في " الهداية " فلا حجة فيه، لأنه ضعيف. (رواه ابن ماجة في النكاح (١٩٢١) وضعفه البوصيري في الزوائد، وضعفه الحافظ العراقي أيضًا لضعف أسانيده كلها، وكذلك ضعفه الألباني في " إرواء الغليل " حديث ٢٠٠٩).

وحتى لو قبلنا تساهل السيوطي الذي رمز للحديث السابق بالحسن في جامعه الصغير لكثرة طرقه، فإنه لا يفيد أكثر من الكراهة التنزيهية التي تزول لأدنى حاجة.

وفي مجتمع مثل المجتمع الأمريكي وغيره من المجتمعات الغربية نجد أن لهم عادات في اللقاء الجنسي بين الزوجين، تخالف ما درجنا عليه في أوطاننا مثل التعري عند الجماع، أو نظر الرجل إلى فرج امرأته، أو لعب المرأة بذكر زوجها وتقبيله ونحو ذلك مما قد يدفعهم إليه ما أصيبوا به من برود جنسي نتيجة لانتشار الإباحية والتحلل والعري، مما يجعل الرجل وربما المرأة أيضًا في حاجة إلى مثيرات غير عادية.

فهذه أشياء قد تنكرها أنفسنا، وتنفر منها قلوبنا، وتستسخفها عقولنا، ولكن هذا شيء وتحريمها باسم الدين شيء آخر.

ولا ينبغي أن يقال في شيء: حرام، إلا أن يوجد في القــرآن والـــسنة الصحيحة، النص الصريح على حرمته، وإلا، فالأصل الإباحة.

ولا نجد هنا النص الصحيح الصريح الدال على حرمة هذا السلوك مع الأزواج، وهذا ما جعلني في زياراتي لأمريكا، في مؤتمرات وزياراتي للمراكز الإسلامية في عدد من الدول ، إذ سئلت عن هذا الأمر وهــو غالبًا يأتي من المسلمات الأمريكيات أن أميل إلى التيسير لا التعــسير، والتسهيل لا التشديد، والإجازة لا المنع.لحديث: " احفظ عورتك إلا عن زوجتك وما ملكت يمينك " ولقوله تعــالى: وَالَّــذِينَ هُــمْ لِفُــرُوجِهِمْ حَافِظُونَ {٥} إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَــإِنَّهُمْ غَيْــرُ مَلُومِينَ {٦} (المؤمنون: ٥،٦).

وهذا ما ذهب إليه، وشدد النكير على من خالفه الإمام ابن حزم، حيث لم يصح لديه نص يمنع من ذلك، ولهذا لم يجد فيه أي كراهة أصـــلاً. فقال في "المحلى":

(وحلال للرجل أن ينظر إلى فرج امرأته، زوجته وأمته التي يحل له وطؤها، وكذلك لهما أن ينظرا إلى فرجه، لا كراهية في ذلك أصـــلاً. برهان ذلك الأخبار المشهورة من طريق عائشة، وأم سلمة، وميمونـــة أمهات المؤمنين رضي الله عنهن أنهن كن يغتسلن مع رســول الله ρ ، من الجنابة من إناء واحد. (انظر المحلى ١/٢٦٧ و٢٨٣ ٢٨٩).

وفي خبر ميمونة بيان أنه عليه الصلاة والسلام كان بغير مئـــزر، لأن في خبرها أنه عليه الصلاة والسلام أدخل يده في الإناء، ثم أفرغ على فرجه وغسله بشماله (انظر المحلى ٢٦٧/١ و ٢٨٣ ٢٨٩)، فبطل بعد هذا أن يلتفت إلى رأي أحد.

ومن العجب أن يبيح بعض المتكلفين من أهل الجهل وطء الفرج ويمنع من النظر إليه، ويكفي في هذا قول الله عز وجل:(والذين هم لفروجهم حافظون. إلا على أزواجهم أو ما ملكت أيمانهم فإنهم غير ملومين).

فأمر عز وجل بحفظ الفرج إلا على الزوجة، وملك اليمين، فلا ملامـــة في ذلك، وهذا عموم في رؤيته ولمسه ومخالطته.

وما نعلم للمخالف تعلقاً إلا بأثر سخيف عن امـــرأة مجهولـــة عـــن أم المـــــؤمنين:" مـــــا رأيـــــت فـــــرج رســـــول الله ρ قـــــط ". والحديث الذي استدل به ابن حزم في صحيح البخاري عن ابن عبـــاس عن ميمونة أم المؤمنين قالت: " سترت النبي ρ وهو يغتسل من الجنابة فغسل يديه، ثم صب بيمينه على شماله، فغسل فرجه ومـــا أصـــابه..". (الحديث رقم (٢٨١) ٣٨٧/١ من البخاري مع فتح الباري ط السلفية). الحـــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــديث.

وفي الصحيح أيضًا عن عائشة قالت: " كنت أغتسل أنا والنبي –صلى الله عليه وسلم– من إناء واحد من قدح يقال لـــه: الفـــرق ". (انظـــر:

الحديث رقم ٢٥٠ من المصدر السابق وأطرافه في: ٢٦١، ٢٦٣، ٢٧٣، ٢٩٩ وغيرها).

وذكر الحافظ في " الفتح " استدلال ببعض العلماء بالحديث المذكور على جواز نظر الرجل إلى عورة امرأته وعكسه. قال: (ويؤيده ما رواه ابن حبان من طريق سليمان بن موسى: أنه سئل عن الرجل ينظر إلى فرج امرأته فقال: سألت عطاء، فقال: سألت عائشة، فذكرت هذا الحديث بمعناه، وهو نص في المسألة. والله أعلم). (الفتح ١/٣٦٤).

مما لفت الإسلام إليه النظر ألا يكون كل هم الرجل قضاء وطره هو دون أي اهتمام بأحاسيس امرأته ورغبتها.

إن العلاقة الجنسية بين الزوجين أمر له خطره وأثره في الحياة الزوجية. وقد يؤدي عدم الاهتمام بها، أو وضعها في غير موضعها إلى تكدير هذه الحياة، وإصابتها بالاضطراب والتعاسة. وقد يفضي تراكم الأخطاء فيها إلى تدمير الحياة الزوجية والإتيان عليها من القواعد. وربما يظن بعض الناس أن الدين أهمل هذه الناحية برغم أهميتها. وربما توهم آخرون أن الدين أسمى وأطهر من أن يتدخل في هذه الناحية بالتربية والتوجيه، أو بالتشريع والتنظيم، بناء على نظرة بعض الأديان إلى الجنس "على أنه قذارة وهبوط حيواني". والواقع أن الإسلام لم يغفل هذا الجانب الحساس من حياة الإنسان، وحياة الأسرة، وكان له في ذلك أوامره ونواهيه، سواء منها ما كان له طبيعة الوصايا

الأخلاقية، أم كان له طبيعة القوانين الإلزامية. وأول ما قرره الإسلام في هذا الجانب هو الاعتراف بفطرية الدافع الجنسي وأصالته، وإدانة الاتجاهات المتطرفة التي تميل إلى مصادرته، أو اعتباره قذرا وتلوثا. ولهذا منع الذين أرادوا قطع الشهوة الجنسية نهائيا بالاختصاء من أصحابه، وقال لآخرين أرادوا اعتزال النساء وترك الزواج: "أنا أعلمكم بالله وأخشاكم له، ولكني أقوم وأنام، وأصوم وأفطر، وأتزوج النساء. فمن رغب عن سنتي فليس مني". كما قرر بعد الزواج حق كل من الزوجين في الاستجابة لهذا الدافع، ورغب في العمل الجنسي إلى حد اعتباره عبادة وقربة إلى الله تعالى، حيث جاء في الحديث الصحيح: "وفي بضع أحدكم (أي فرجه) صدقة. قالوا: يا رسول الله، أيأتي أحدنا شهوته ويكون له فيها أجر؟ قال: نعم. أليس إذا وضعها في حرام كان عليه وزر. كذلك إذا وضعها في حلال كان له أجر، أتحتسبون الشر ولا تحتسبون الخير؟". رواه مسلم. ولكن الإسلام راعى أن الزوج بمقتضى الفطرة والعادة هو الطالب لهذه الناحية والمرأة هي المطلوبة. وأنه أشد شوقا إليها، وأقل صبرا عنها، على خلاف ما يشيع بعض الناس أن شهوة المرأة أقوى من الرجل، فقد أثبت الواقع خلاف ذلك.. وهو عين ما أثبته الشرع.

(أ) ولهذا أوجب على الزوجة أن تستجيب للزوج إذا دعاها إلى فراشه، ولا تتخلف عنه كما في الحديث: "إذا دعا الرجل زوجته لحاجته، فلتأته وإن كانت على التنور"

(ب) وحذرها أن ترفض طلبه بغير عذر، فيبيت وهو ســاخط عليهــا، وقد يكون مفرطا في شهوته وشبقه، فتدفعه دفعا إلى سلوك منحرف أو التفكير فيه، أو القلق والتوتر على الأقل، "إذا دعا الرجل امرأته إلــى فراشه، فأبت أن تجيء، فبات غضبان عليهــا لعنتهــا الملائكــة حتــى تــــــــــــــــــــــــــــــــــــــصبح".

وهذا كله ما لم يكن لديها عذر معتبر من مرض أو إرهاق، أو مــانع شــــــــــــــــرعي، أو غيـــــــــــــــر ذلــــــــــــــك.

وعلى الزوج أن يراعي ذلك، فإن الله سبحانه –وهــو خــالق العبــاد ورازقهم وهاديهم– أسقط حقوقه عليهم إلى بدل أو إلى غير بدل، عنــد العـــــذر، فعلـــــى عبـــــاده أن يقتـــــدوا بـــــه فـــــي ذلـــــك.

(ج) وتتمة لذلك نهانا أن تتطوع بالصيام وهو حاضــر إلا بإذنــه، لأن حقه أولى بالرعاية من ثواب صيام النافلة، وفي الحديث المتفق عليــه: "لا تصوم المرأة وزوجها شاهد إلا بإذنه" والمــراد صــوم التطــوع بالاتفـــــاق كمـــــا جـــــاء ذلـــــك فـــــي حـــــديث آخـــــر.

والإسلام حين راعى قوة الشهوة عند الرجل، لم ينس جانــب المــرأة، وحقها الفطري في الإشباع بوصفها أنثى. ولهذا قال لمن كان يــصوم النهار ويقوم الليل من أصحابه مثل عبد الله بن عمرو: إن لبدنك عليك حقا، وإن لأهلك (أي امرأتك) عليك حقا. قال الإمام الغزالي: "ينبغي أن يأتيها في كل أربع ليال مرة، فهو أعدل، إذ عدد النساء أربع (أي الحد الأقصى الجائز) فجاز التأخير إلى هذا الحد. نعم يبغــي أن يزيــد أو

ينقص بحسب حاجتها في التحصين. فإن تحصينها واجب عليه". ومما لفت الإسلام إليه النظر ألا يكون كل هم الرجل قضاء وطره هو دون أي اهتمام بأحاسيس امرأته ورغبتها. ولهذا روي في الحديث الترغيب في التمهيد للاتصال الجنسي بما يشوق إليه من المداعبة والقبلات ونحوها، حتى لا يكون مجرد لقاء حيواني محض. ولم يجد أئمة الإسلام وفقهاؤه العظام بأسا أو تأثما في التنبيه على هذه الناحية التي قد يغفل عنها بعض الأزواج. فهذا حجة الإسلام، إمام الفقه والتصوف، أبو حامد الغزالي يذكر ذلك في إحيائه –الذي كتبه ليرسم فيه الطريق لأهل الورع والتقوى، والسالكين طريق الجنة– بعض آداب الجماع فيقول: (يستحب أن يبدأ باسم الله تعالىو الدعاء . قال عليه الصلاة والسلام: "لو أن أحدكم إذا أتى أهله قال: اللهم جنبني الشيطان، وجنب الشيطان ما رزقتنا. فإن كان بينهما ولد، لم يضره الشيطان". (وليغط نفسه وأهله بثوب... وليقدم التلطف بالكلام والتقبيل. قال صلى الله عليه وسلم: "لا يقعن أحدكم على امرأته، كما تقع البهيمة، وليكن بينهما رسول. قيل: وما الرسول يا رسول الله؟ قال: القبلة والكلام". وقال: "ثلاث من العجز في الرجل.. وذكر منها أن يقارب الرجل زوجته فيصيبها (أي يجامعها) قبل أن يحدثها ويؤانسها ويضاجعها فيقضي حاجته منها، قبل أن تقضي حاجتها منه". قال الغزالي: (ثم إذا قضى وطره فليتمهل على أهله حتى تقضي هي أيضا نهمتها، فإن إنزالها ربما يتأخر، فيهيج شهوتها، ثم القعود عنها إيذاء لها. والاختلاف في

طبع الإنزال يوجب التنافر مهما كان الـــزوج ســـابقا إلـــى الإنـــزال، والتوافق في وقت الإنزال ألذ عندها ولا يشتغل الرجل بنفـــسه عنهـــا، فإنها ربما تستحي). وبعد الغزالي، نجد الإمام السلفي الورع التقي أبـــا عبد الله بن القيم يذكر في كتابه "زاد المعاد في هدي خير العباد" هديـــه صلى الله عليه وسلم في الجماع. ولا يجد في ذكر ذلك حرجا دينيا، ولا عيبا أخلاقيا، ولا نقصا اجتماعيا، كما قد يفهم بعض الناس في عصرنا. ومـــن عباراتـــه:

"أما الجماع والباءة فكان هديه فيه أكمل هدى، يحفظ به الصحة، ويـــتم به اللذة وسرور النفس، ويحصل به مقاصده التي وضع لأجلها. فـــإن الجماع وضع في الأصل لثلاثة أمور، هي مقاصده الأصلية: أحـــدهما: حفظ النسل، ودوام النوع إلى أن تتكامل العدة التي قدر الله بروزها إلى هـــذا العـــالم.

الثاني: إخراج الماء الذي يضر احتباسه واحتقانه بجملة البدن.

والثالث: قضاء الوطر، ونيل اللذة، والتمتع بالنعمة. وهذه وحدها هـــي الفائـــدة التـــي فـــي الجنـــة.

قال: ومن منافعه: غض البصر، وكف النفس، والقدرة على العفة عـــن الحرام، وتحصيل ذلك للمرأة، فهو ينفع نفسه، في دنياه وأخراه، وينفع المرأة. ولذلك كان صلى الله عليه وسلم يتعاهده ويحبه، ويقول: حبـــب إلـــى مـــن دنيـــاكم النـــساء والطيـــب..

وفي كتاب الزهد للإمام أحمد في هذا الحديث زيادة لطيفة وهي: "أصبر عن الطعام والشراب ولا أصبر عنهن". وحث أمته على التزويج فقال: "تزوجوا فإني مكاثر بكم الأمم.." وقال: "يا معشر الشباب، من استطاع منكم الباءة فليتزوج، فإنه أغض للبصر، وأحصن للفرج.."، ولما تزوج جابر ثيبا قال له: "هلا بكرا تلاعبها وتلاعبك".

ثم قال الإمام ابن القيم: "ومما ينبغي تقديمه على الجماع ملاعبة المرأة وتقبيلها ومص لسانها. وكان رسول الله صلى الله عليه وسلم يلاعب أهله، ويقبلها. وروى أبو داود: "أنه صلى الله عليه وسلم كان يقبل عائشة ويمص لسانها" ويذكر عن جابر بن عبد الله قال: "نهى رسول الله صلى الله عليه وسلم عن المواقعة قبل المداعبة"

وهذا كله يدلنا على أن فقهاء الإسلام لم يكونوا "رجعيين" ولا "متزمتين" في معالجة هذه القضايا، بل كانوا بتعبير عصرنا "تقدميين" واقعيين.

وخلاصة القول: إن الإسلام عنى بتنظيم الناحية الجنسية بين الزوجين، ولم يهملها حتى إن القرآن الكريم ذكرها في موضعين من سورة البقرة التي عنيت بشئون الأسرة:

أحدهما: في أثناء آيات الصيام وما يتعلق به حيث يقول تعالى: (أحل لكم ليلة الصيام الرفث إلى نسائكم، هن لباس لكم، وأنتم لباس لهن، علم الله أنكم تختانون أنفسكم، فتاب عليكم وعفا عنكم، فالآن باشروهن وابتغوا ما كتب الله لكم، وكلوا واشربوا حتى يتبين لكم الخيط الأبيض من الخيط الأسود من الفجر، ثم أتموا الصيام إلى الليل، ولا تباشروهن

وأنتم عاكفون في المساجد، تلك حدود الله فلا تقربوها). وليس هنـــاك أجمل ولا أبلغ ولا أصدق من التعبير عن الصلة بين الزوجين من قوله تعالى: (هن لباس لكم وأنتم لباس لهن) بكل ما توجبه عبارة "اللبـــاس" من معاني الستر والوقاية والـــدفء والملاصـــقة والزينـــة والجمـــال. الثاني: قوله تعالى: (ويسألونك عن المحيض، قل هـــو أذى فـــاعتزلوا النساء في المحيض ولا تقربوهن حتى يطهرن، فإذا تطهرن فأتوهن من حيث أمركم الله، إن الله يحب التوابين ويحب المتطهرين، نساؤكم حرث لكم، فأتوا حرثكم أنى شئتم، وقدموا لأنفسكم، واتقوا الله واعلموا أنكـــم ملاقوه، وبشر المؤمنين). وقد جاءت الأحاديث النبوية تفسر الاعتـــزال في الآية الأولى بأنه اجتناب الجماع فقط دون مـــا عـــداه مـــن القبلـــة والمعانقة والمباشرة ونحوها من ألوان الاستمتاع، كما تفسر معنى (أنى شئتم) بأن المراد: على أي وضع أو أي كيفية اخترتموها مـــادام فـــي موضع الحرث، وهو القبل كما أشارت الآية الكريمة. ولـــيس هنـــاك عناية بهذا الأمر أكثر من أن يذكر قصدا في دســـتور الإســـلام وهـــو القـــــــــــــرآن الكـــــــــــــريم.

**(٢) القـــــــــــــوة الجنـــــــــــــسية**

ما هى القوة الجنسية للرجل؟ وما هى مقوماتها؟ سؤال مهم يجب قبـــل

الإجابة عليه أن نوضح مقدمات لابد منها، فالجنس هو وظيفة عامة من الوظائف التى يؤديها جسم الإنسان، ولابد لكى يؤديهـا علـى الوجـه الأكمـل أن تتـوافر عـدة عناصـر معينـة
لابد أن تكون الخصيتان فى حالة طبيعية، من حيث التركيـب، ومـن حيث إفراز المنى، وهو السائل المنوى الذى يؤدى إلى حدوث الإنجاب وهرمون الخصية هو أهم الهرمونات التى تسيطر على القوة الجنسية للرجل، إن هذا الهرمون تفرزه خلايا خاصة فى الخصيتين، فإذأ قل أو أنعدم قلت بالتالى أو انعدمت القوة الجنسية ، ولذلك فإن أهم عنصر من عناصر القوة الجنسية هو إفـراز هـذا الهرمـون بطريقـة طبيعيـة يجـب أن يحـدث الانتـصاب بطريقـة طبيعيـة كـذلك

**كيـف يحـدث الانتـصاب**

إن الجهاز العصبى هو الذى يسيطر على النـشاط ا الجنـسى مثلمـا يسيطر على أى نشاط آخر بالجسم، وفى هذا الجهاز مركزان الأول فى المـخ والثـانى فـى الجـزء القطنـى مـن النخـاع الـشوكى وعندما يثار الرجل ترتسم صورة الإثارة فى المخ ، فيتـأثر المركـز العصبى الخاص بالنشاط الجنسى فيه ، ويترتب علـى ذلـك وصـول إشارات إلى أعصاب النخاع الشوكى، التى ترسل بدورها تنبيهات إلى أعصاب الأوعية الدموية الخاصة بعضو التناسل، عندئذ تفتح وتمتلىء بالـدم فيحـدث الانتـصاب
هناك إلى جانب هذه الوظائف عوامل أخرى مساعدة، وهـى عوامـل

هامة وضرورية فى تشكيل القوة الجنسية للرجل ومنها نوع الغذاء الذى يتناوله الشخص، بكل ما يحتاجه من عناصر الطاقة والبناء ، فالجسم السليم النشيط يؤدى كافة وظائفه بطريقة سليمة وصحية، والطعام هو الوقود اللازم للجسم كله ولإتمام تأدية الوظائف الضرورية ومنها بالطبع النشاط الجنسى

وهناك أيضأ العامل النفسى، وهو عامل مهم فى القوة الجنسية للرجل فلابد أن يكون هناك حب بين الزوج وزوجته، وأن يكون هذا الحب هو أساس العلاقة بينهما والمعروف والملاحظ أن المشاكل النفسية والاجتماعية تعوق أداء الرجل لدوره المنوط به وتؤثر على قدرته الجنسية يضاف إلى ذلك عامل الوراثة، فإن الشخص يرث من صفات والديه الجسمية والعضوية صفاتهما الجنسية من حيث التركيب والقدرة على الأدأء

والبيئة لها أثر واضح لا يقل أهمية عما سبق، فالتربية الجنسية السليمة تقود الشخص إلى بر الأمان ، فإن الانفتاح أو الانغلاق بالنسبة للجنس وتعبير المجتمع عنه، وتناول المجتمع له تؤثر فى تكوين المعرفة الجنسية ، فقد يؤدى الكبت إلى انفلات العيار، بينما تؤدى التربية والمعرفة الجنسية فى حدود الآداب والشرع إلى أن يكون كل شىء طبيعيأ وآمنأ

**لا صلة بين القوة الجنسية والإنجاب**

تختلف القدرة على ممارسة الجنس عن القدرة على الانجاب، فا لمقدرة

الجنسية كما أسلفنا ترتبط بعوامل عضوية ونفسية وعصبية واجتماعية، بينما تخضع القدرة على الإنجاب لعوامـــل أخـــرى منهـــا أن تكـــون الحيوانات المنوية للرجل سليمة وحية وفى حالة طبيعية، ولهـــا نـــسبة معينة حتى يحدث الاخصاب ، هذا بخلاف اعتبـــارات أخـــرى يجـــب توافرها فى المـــرأة (الزوجـــة) كـــسلامة الـــرحم والتبـــويض إلـــخ من هنا لا صلة للقوة الجنسية بالقدرة على الإنجاب، فإن هناك أشخاصا يتمتعون بقوة جنسية كبيرة، ولكن لا يستطيعون الإنجـــاب، والعكـــس صحيح فقد يستطيع شخص ضعيف فى قدرته الجنسية ا لانجاب كمـــا انه لا صلة بين كبر او صغرالعضو الذكري وبين القوة الجنسية

**(٣) الـــــــــــــــــــــــــــضعف الجنـــــــــــــــــــــــــــسي**

أولاً أســـــــــــــــــــــــــــباب نفـــــــــــــــــــــــــــسية

وهى أسباب متعددة، ولكن أهمهما الجهل والخجل من الجـــنس، فـــإن الكثيرين من الذين لا يعلمون شيئاً عن الجنس يعـــانون مـــن ضـــعف جنسى، وكذلك الذين يصيبهم الخجل من كل مـــا يتـــصل بموضـــوع الجنس، دون أن يكون لديهم أسباب مرضـــية والإصـــابة بالـــصدمات النفسيه تؤدى إلى ضعف القدرة الجنـــسية، والقلـــق والأرق والتـــوتر العصبى يؤدى إلى نفس النتيجة ويلعب الوهم والخـــوف مـــن الـــربط (السحر الذى يمنع الرجل من إتيان زوجته) دوراً هاماً فى هذا، فمـــن

يعتقد أنه ضعيف، وأنه سيفشل فى ممارسة الجنس، إلخ، لا يمكنه مـــن أداء العملية الجنسية بصورة كاملـــة وطبيعيةوالمــشاكل الاجتماعيـــة والأسرية وخلافها مما يسبب التوتر والقلق تؤدى إلى عدم تمام القدرة الجنسية وبصفة عامة فإن الأداء الجنـــسى الجيـــد لابـــد أن يـــصاحبه استقرار نفسى وهدوء بال وطمأنينة وثقة بالنفس الاحباط النـــاتج عـــن الإصابة بمرض مزمن والخوف من الموت، أو وجود عيـــوب خلقيـــة معينة يتشكك معها الزوج فى قدرته، تؤثر بالضرورة فى أدائه الجنسى وكذلك الفشل فى ممارسة الجنس فى مرة سابقة على الزوج والخـــوف من تكرار الفشل فى ممارسة الجنس بالذات ليلة الزفاف مـــع الخجـــل وعدم الثقة بالنفس من أكثر الأسباب شيوعاً للضعف الجنسى، مع مـــا يصاحبهما من الرهبة من ليلة الزفاف وما سمعه الزوج من الحكايـــات العجيبة التى تتردد عن ليلة الزفاف وفشل هـــذا أو ذاك فـــى الجمـــاع والعروس فى ليلة الزفاف لها دور مهم فى هذا الموضوع، فإنالزوج قد يصاب بارتخاء وضعف نفسى نتيجة الخجل مـــن زوجتـــه أو خوفـــه الشديد عليها أو نتيجة صدها له وامتناعها ورفضها المبالغ فيه ليلـــة ا لزفا فكل هذا يدخل فى الأسباب النفسية التى تسبب الضعف الجنـــسى وعلى الزوجة فى مثل هذه الحالة أن تخفف من وطأة هـــذا الموقـــف النفسى العصيب على زوجها، فلا تعايره بفشله، ولا تظهر له امتناعها عن الجماع، ولا تظهر له خوفها ورعبها منه، بـــل يجـــب عليهـــا أن تشجعه وتساعده بتهدئة أعصابه ومبادلته الحب والمشاعر الطيبـــة، ولا

تكون سلبية أثناء الجماع، بل عليها أن تثيره وتلهب عواطفه ومشاعره، بدلاً من أن تصده وتمتنع عنه، أو تجعل نفسها وكأنها لوح من الجليد أو الخشب فتبدو امامه وكأنها لا دور لها لا مهمة لها في العملية الجنسية، وتأمل قول النبى صلى الله عليه وسلم لجابر بن عبد الله " هلا تزوجت بكراً تلاعبها وتلاعبك " قال " تلاعبها وتلاعبك " مشاعر متبادلة وتشجيع من الطرفين للآخر

**ثانياً أسباب عضوية للضعف الجنسى**

إنسداد الأوردة والشرايين المتصلة بعضو التناسلمرض البول السكرىالتهاب الأعصابتضخم البروستاتا (التهاب البروستاتا)ارتفاع ضغط الدمأمراض القلبوجود قصور فى وظائف الغدة النخامية والجاركلوية أو الخصية أو البنكرياسالأورام أو جود كسور فى منطقة الحوض أو الإصابة بالطلقات النارية، وإصابات الحوادثالإرهاق والإجهاد والهزال الشديد بعض العمليات الجراحية في منطقة الحوض او اصابات العمود الفقرى حقنة البنج النصفي تسبب احياناً فقداناً في القدرة الجنسية (قد يكون مؤقتاً أو مستديماً)وجود عيوب فى القضيب قرح بعض الأدوية تؤثر فى الأداء الجنسى كالأدوية المضادة لارتفاع ضغط الدم والأدوية المدرة للبول والأدوية المضادة للاكتئاب ، المخدرات، والمسكرات بأنواعها

تنبيهات لابد منها

لا صلة بين حجم عضو التناسل وبين الضعف الجنسى أو القوة

الجنسية، فان صغر الحجم لا يعنى وجود الضعف، كما أن كبر الحجم لا يعنى القوةلا يوجد ارتباط بين هذا او ذاك واللجوء إلـــى الـــدهانات الموضعية ومعظمها مخدر لا تضيف إلى القوة الجنسية شيئا، وتأثيرها وقتي ، ومثلها المخدرات والخموروالوصفات التى يعطيها العطـــار أو غيره لا تؤخذ بأمان كامل فقد يكون لها أضرار أخرى جانبية أكثر من نفعهاولا توجد أية صلة بين سرعة القذف والضعف الجنـــسى، فهمـــا حالتان مختلفتان ولكل منهما علاج مختلف عن الأخرى، ولا ارتبـــاط بـــــــــــــين هـــــــــــــــــذه وتلـــــــــــــــــك

**مـــــــــرض "الـــــــــسكري" والـــــــــضعف الجنـــــــــسي :**

نظرًا لشهرة مرض "السكري" في التسبب في حـــدوث الـــضعف فـــي الانتصاب عند الرجل، فكثيرًا ما يتوهم البعض حدوث الضعف بمجرد تشخيص وجود ارتفاع في سكر الدم، ويبدأ المريض ينتقل من عيـــادة إلى عيادة باحثًا عن علاج للضعف، ولا بد هنا من توضيح أمر، وهو أن بعض الأطباء قد يكونون سببًا في الإيحاء بمثل هذه الشكوى عنـــد المريض، وذلك عندما يقوم الطبيب بالسؤال عن حالة الانتصاب فـــي أول يوم يتم تشخيص مرض السكري، وإذا ما انتقل المريض لطبيـــب آخر يسأله بدوره السؤال نفسه، وهذا ما يجعل المريض يتـــشكك مـــن أمره، ويشعر بالضعف وكأن الضعف صفة من صفات هذا المـــرض؛ لذلك يجب التوضيح بأنه ليس كل من يصاب بمرض "السكري" يصاب بضعف جنسي؛ إذ إن هناك بعض الرجال الـــذين ينظمـــون علاجهـــم

ويحافظون على نسبة السكر في الدم لا يصيبهم مثل هذا الضعف أبدًا. أما الذين يصابون بالضعف المبكر نتيجة لوجود "السكري" فهؤلاء يصابون بالضعف بعد مرور أربعة عشر عامًا على بدء الإصابة وليس بعد شهر أو شهرين أو سنة أو سنتين؛ لذلك فإن أي ضعف قبل عشر سنوات من الإصابة بالسكري تكون لسبب آخر مصاحب مثل السنّ أو التوتر أو بعض العلاجات المسببة للضعف.

ومن الجدير بالذكر في هذا المقام أن مَرْضَى السكري يستجيبون لكل أنواع العلاج المذكور لاحقًا وبجرعات أقل من المرضى الآخرين. أما بالنسبة لمادة الفياجرا فتصلح للعلاج في الأيام الأولى من الضعف، ولكنها تفشل في التأثير بعد ذلك؛ لأنها تحتاج إلى وجود أعصاب سليمة، وهذا ما لا يتوفر مع تقدم السكري، ولكن تبقى الحقن الموضعية تعمل بدون خلل.

الفياجرا: وهي الحبة الزرقاء التي يعرفها الجميع الآن لما صاحب إنتاجها من ضجة إعلامية، وكذلك لما لها من مخاطر إذا لم يتم الفحص اللازم للمريض قبل تناولها، فلهذه المادة أعراض جانبية مختلفة، ولكنها معظمها من النوع المحتمل إلا إذا كان الرجل من مرضى القلب ويتناول مركبات تعمل على توسيع الشرايين التاجية، ففي هذه الحالة يمنع من تناول الفياجرا منعًا باتًّا.

اليوهمبين أو الجينزنج الكوري الأحمر: وهي مواد ذات فعالية في بعض الحالات وخاصة في بداية الضعف، وهي آمنة وليس له أعراض

جانبيـــــة خطيـــــرة، ولكنهـــــا لا تـــــصلح لكـــــل الحـــــالات.
الحقن الموضعية: وهي حقن تُعْطَى في نفس القضيب بواسـطة حقـن ذات سنّ رفيعة جدًّا مما يجعل تناولها تقريبًا بدون ألم، وفيهـا تعطـى المادة التي تعمل على توسيع الشرايين مباشرة إلى الكهـوف الدمويـة داخل القضيب، مما يوسعها ويساعد على تدفق الدم اللازم للانتـصاب الكامل. وميزة هذه الطريقة أن حجم المادة المستخدمة صـغير جـدًّا؛ نظرًا لأنها تعطى مباشرة في المنطقة المطلوبة، وإذا ما تسربت للجسم فليس لها تأثير يذكر بعكس المواد التي تؤخذ عن طريـق الفـم فـإن تركيزها في كل الأنسجة يكون متساويًا مما يجعـل آثارهـا الجانبيـة كثيرة. العيب الوحيد في هذه الطريقة هي كونها حقنـة، وكمـا هـو معروف فإن الرجال لا يفضلون الحقن كدواء. وهناك مـواد مختلفـة تُعْطَى عن طريق هذه الحقن أشهرها مـادة البابـافرين والفينتـولمين والبروستاجلاندين، ودائمًا ما يستخدم الأطباء خليطًا من هـذه المـواد جميعها. ولا بد من الإشارة هنا إلى أن إبر الحقن الموضعية هي أقوى وأنجع طريقة لحدوث الانتصاب. ومن الجدير بالذكر في هذا المقام أن الطبيب يقوم بوصف الحقنة واختبار الجرعة المناسبة، ومن ثَمَّ يقـوم بتعليم المريض كيف يتعامل مع الحقنة بنفسه وكم مرة مـسموح بهـا أسبوعيًّا، وقد نحتاج إلى تعليم الزوجة ذلك الأمر إذا كان الرجل بـديناً أو إذا كان بصره ضعيفاً أو أسبابًا أخرى تعيـق أن يقـوم المـريض بإعطاء نفسه بنفسه. وهنا أيضًا يجب التوضيح أن عملية إعطاء الحقنة

الذاتية سهلة، ولا يحتاج من المريض إلا للمحاولة الأولى ليعرف أنهـا بسيطة وسهلة.

تحاميل صغيرة تعطى عبر مجرى البول: وهي تعمل عمـل الحقنـة، ولكن تنتشر إلى الكهوف الدموية من خلال الامتصاص ولـيس مـن خلال الحقن المباشر. ميزتها أنها سهلة الاستخدام، ولكنها غالية الـثمن وضعيفة القدرة نسبيًّا.

الأجهزة المساعدة: وهي تستخدم في حالة فـشل الوسـائل الأخـرى ونحتاجها في الحالات المُهْمِلَة التي أهمل صاحبها علاج نفـسه مـدة طويلة، وهي قليلاً ما نحتاجها؛ لأن الحقن الموضعية قد حلَّت مكانهـا لما لها من نسبة نجاح عالية تفوق ٩٩%. يتم تركيب الجهاز المـساعد عن طريق عملية جراحية، ومنه أنواع مختلفة أفضلها أبسطها؛ وذلـك لتقليل فرصة عطل الجهاز، ولكن لهذه الأجهزة مشاكل مختلفـة وقـد تكون خطيرة؛ لذلك لا نستخدمها إلا إذا فشلت كل الوسائل الأخـرى.

في حالة وجود خلل في الهرمونات المسؤولة عن عمليـة الانتـصاب يكون العلاج بتعديل هذا الخلل.

في حالة تناول الأدوية التي لها تأثير سـلبي علـى الانتـصاب فمـن الضروري سؤال الطبيب عن بدائل لهذه الأدوية بحيث لا يكـون لهـا مثل هذا التأثير السلبي أو إيقافها إن أمكن، وإذا لم يكن ذلك ممكناً فإن الحقن الموضعية تكون أفضل علاج.

الحالات التي تتناول أدوية مهدئة مثل حالات الصرع أو ما شابه مـن

حالات، فغالبًا ما تبدأ مثل هذه العلاجات في سن مبكرة أي قبل الزواج وحبذا لو انتبه الآباء إلى أن الأبناء في مثل هذه الحالات لديهم مشكلة في تأسيس أسرة، وعليهم ألا يشعروا بأنهم قد قصَّروا في حق أبنائهم بعدم دفعهم للزواج، ولكن إذا تَمَّ شفاء الحالة وتوقف العلاج فهنا لا توجد مشكلة وسوف يعود الشاب إلى وضعه الطبيعي الذي لا يحتاج معه إلى مساعدة. أما الأزواج الذين يصابون بمثل هذه الأمراض بعد الزواج فلا مانع من استخدام الحقن الموضعية بعد التأكد من عدم وجود خلل في الهرمونات وخاصة هرمون الحليب (البرولاكتين). **البروستاتا** هي غدة موجودة أسفل المثانة وتشارك في تكوين جزء من السائل المنوي (حوالي ١ ملم). هذه الغدة من الأعضاء التي يَكْمُن فيها الالتهاب ويستوطن لمدة طويلة جدًّا، وقد يكون العلاج من هذا الالتهاب مستحيلاً في بعض الأحيان. يصيب التهاب البروستاتا كل الأعمار صغاراً وكبارًا، وقد يكون الالتهاب شديدًا بحيث يشكو المريض من أعراض مختلفة مثل الألم أثناء التبول أو الانتصاب أو أثناء القذف، وكذلك تكرار التبول وصعوبة التحكم فيه وخاصة ليلاً، وقد لا يظهر لالتهاب البروستاتا أية أعراض واضحة. ولا يوجد علاقة مباشرة بين التهاب البروستاتا والانتصاب إلا إذا كان هناك ألم شديد مصاحب لعملية الانتصاب، مما يؤدي إلى تراجع الانتصاب بسبب وجود هذا الألم الحادّ؛ ولذلك يجب تصحيح الفكرة العامة التي تربط بين التهاب البروستاتا والضعف الجنسي وخاصة إذا كان الالتهاب بدون أعراض

شديدة. ومن الواجب ذكره في هذا المقام أن هناك بعض الأشخاص يصابون بالضعف الجنسي الناتج عن القلق إذا أحسَّ بأن شيئًا ما غير عادي في منطقة الأعضاء التناسلية .

**علاج الضعف الجنسي الناتج عن التوتر والقلق**

يضم هذا الباب مجموعة كبيرة من الحالات تختلف في السبب الذي أدى إلى التوتر، وتشمل فيما تشمل العجز الجنسي ليلة الزفاف إضافة إلى النماذج المختلفة التي ذكرت في هذا المقام. ويكون العلاج بالشرح والتوضيح حتى يطمئن المريض لطبيعة السبب، وقد نحتاج إلى استخدام بعض الأدوية المهدئة، وأحيانًا نحتاج إلى الحقن الموضعية لما لها من أثر فعّال يعيد الثقة للرجل.

-

**(٤) الحوار طريقك لحياة زوجية سعيدة**

مع مرور الأيام وانشغال كل من الزوجين بسبب العمل ومتطلبات الاطفال يزداد تشاغل الاب بجمع المال اما الام فهى منهكة بسبب عملها ان كانت عاملة وتربية الاطفال . ومن ثم يصبح الزوجان فى دوامة الحياة ولا يلتقيان الا ساعات معدودات حين الغذاء او قبل الخلود الى النوم ويبدا ان يتسلل الملل الى حياتهم ليقتل الحوار بينهم ويتسرب الملل الى حياتهما . ولا اقصد الملل من الوقت بل الملل العاطفى وتتحول علاقة الزوجين

من حبيبين الى علاقة زوجية رتيبة فلا يرتبط كل منهما بــالآخر الا لوجود الاطفال وتبدا حياتهما الزوجية فى الاحتضار ويتــسالوا بعــدها اين ذهب الحــب الــذى كــان اصــبح رفاتــا لا يمكــن أحيــاؤه ! ويتفاقم الأمر اكثر بغياب أحد الطرفين عن الآخر فــي ســفرٍ طويــل لدراسة أو عمل فيراه رفيقه في العام شهرًا .. كل هذا يؤثر على علاقة كــــــل منهمــــــا بــــــالآخر .

ان الزوجين اللذين يفتقدان لغة الحوار بينهما هما في الحقيقة غريبــان في بيت واحد يجهلان عن بعضهما البعض أكثر مما يعرفان ..بكثيــر. وإذا كان المثل الحكيم يقول: تكلّم حتى أراك فإننا نقول: تكلــم حتــى يشعر بك شريكك، وتشعر به. حاجتنا شديدة وماسة لتعلم فنون الكلام، وحاجتنــــا أكثــــر ربمــــا لــــتعلم فــــن الإصــــغاء.

وهناك اسباب اخرى لفقد لغة الحوار تكــشفها الملابــسات الزوجيــة اليومية فقد يخشى أحد الطرفين أو كلاهما من تكرار محاولــة فــشلت لاقامة حوار من قبل او ان تخاف الزوجة أن تطلب مــن الــزوج، أو تتحرج، إذ ربما يصدها أو يهمل طلبها، أو يستخف به كما فعــل فــي مــــــــــــــــــرة ســــــــــــــــــابقة.

وقد ييأس الزوج من زوجة لا تُصغي، ولا تجيد إلا الثرثرة أو لا تفهم وتتفاعــــــل مــــــع مــــــا يطرحــــــه، أو يحكيــــــه.

الخوف من رد الفعل، أو اليأس من تغيير طباع الطرف الآخر يجعــل إيثار السلامة بالصمت هو الحل، وهنا يكون عدم الحوار اختيارًا واعيًا

لم تدفع إليه ظروف خفية، أو تمنعه المشاغل، ولم ينتج عن إهمـــال أو تنـــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــاسٍ.
والمبادرة هنا لا بد أن تأتي من الطرف الذي سبق وأغلق باب الحوار بـــــــــصدٍ أو إعـــــــــراضٍ أو عـــــــــدم تجـــــــــاوب.
إن التحاور والتشاور يعني طرفين أحدهما يستمع، والآخر يتحدث ثـــم العكس، ولا يعني أن أحدهما يرسل طوال الوقت أو يُتوقع منه ذلـــك، والآخر يستقبل طوال الوقت، أو يُنتظر منه ذلك، وتكرار المبـــادرات بفتح الحوار، ومحاولة تغيير المواقف السلبية مسألة صعبة، لكن نتائجها أفـــضل مـــن تـــرك الأمـــر، والاستـــسلام للقطيعـــة والـــصمت.
ان الحياة الزوجية هى الحب بمعناه الأشمل الذي يأخذ بـــين الـــزوجين معـــانٍ أعمـــق وأرحـــب ممـــا يأخـــذ بـــين غيرهمـــا.
ولابد ان يستمر الحوار بعد الزواج ففي فترة الخطوبة وما بعدها –حتى الزفاف– يمكن أن تستمر مكالمات هاتفية بين الطرفين لساعات ثم بعد الـــــزواج يقولـــــون: لا يوجـــــد كـــــلام نقولـــــه!!!
ان فعل الكلام علامة على التواصل، بينما عدمه دليل على الانقطـــاع والتواصـــل بكـــل اشـــكاله ســـواء كـــان فكريـــا او روحيـــا .
الحوار –حتى الصاخب– علامة من علامات الحياة: حيـــاة العلاقـــة، ودفئها، وتدفقها، ومعناه أن الشريك يأنس بشريكه، ويهتم بأمره–ولـــو شغبًا أو اعتراضًا– ويحب الحديث معه، يتبادلان الضحكات أو الآراء، أو حتى الاتهامات ثم يصفو الجو أو يتكدّر فيتجدد الحب حين يتحـــرك

تيار التواصل، أما الصمت حين يسود يقتل الحب ومن ثم يفنى التفاهم وتنهـــــــــــــــار الحيـــــــــــــــاة الزوجيـــــــــــــــة

**(٥) القـــــــــــــــذف الـــــــــــــــسريع**

لقد احتار الأطباء والعلماء في تعريف القذف السريع أو المبكر لدى الرجل ، فقد عرف بعضهم بأنها الحالة التي لا يستطيع فيها الرجل أن يصل بزوجته إلى قمة الذروة الجنسية ووصولها إلى نقطـــة نهايـــة الذروة ، إلا أن هناك عدد آخر من الأطباء و المحللين وصـــف هـــذه الحالة بأنها عدم القدرة على التحكم في لحظة القذف ، وآخرين عرفوها بعدم القدرة على الاستمرار في المعاشرة الجنسية (أي الإيلاج) لمـــدة خمس دقائق متصلة . وأيا كان تعريف هذه الحالة فإن النتيجة واحـــدة وهي عدم الاستمتاع بالمعاشرة الجنسية بين الزوجين بـــصورة كاملـــة

قد يكون القذف السريع شكوى عامة بين الشباب خلال السنوات الأولى من الزواج حيث أنهم يفتقرون إلى الخبرة والمعرفة الكافية في الأمور الجنسية ، إلا أن هذه الحالة تقل بتقدم العمر ، ويرجع ذلك إلى اكتساب الخبرة الكافية لتأخير الوصول لنقطة الذروة الجنـــسية حتـــى تـــصل الزوجـــــة إلـــــى ذروتهـــــا وتمتعهـــــا بالمعاشـــــرة الجنـــــسية.
**ويمكن تقسيم الأسباب التي تؤدي إلي القذف السريع إلى قسمين :-**

أسباب عضوية

أسباب نفسية

**الأسباب العضوية :-**

(١) الإجهاد

(٢) التهاب مجرى البول

(٣) التهاب البروستاتة المزمن

(٤) التضخم الحميد للبروستاتة

**الأسباب النفسية :-**

قلة الثقافة الجنسية للزوجين

وجود خلافات زوجية عنيفة

ممارسة الجنس تحت ظروف غير مناسبة وعدم تهيئة الجو المناسب لممارسة الجنس

إحساس الزوجة بالألم عند الجماع

خوف الزوج عندما تكون المرأة حاملاً لأن لا يؤثر ذلك على الجنين مما يدفع الزوج إلى سرعة إنهاء العملية الجنسية .

أسباب نفسية قد يعاني منها بعض الرجال في السابق قد تؤدي بعد الزواج إلى حدوث قذف مبكر منها الإفراط في استخدام العادة السرية في مرحلة الشباب.

**العلاج :-**

يتطلب علاج القذف السريع إلى بحث عميق وفحص دقيق لمعرفة الأسباب التي أدت إلى هذه الحالة وخاصة إذا كانت الحالة منشأها نفسي أو حدثت نتيجة لعوامل نفسية وعصبية ، ومن هنا يجب قبل بدء العلاج بالأدوية والعقاقير ومحاولة معالجة هذه العوامل لأنها تلعب دوراً كبيراً في تحسن حالة المريض .
وتوجد عقاقير وأدوية كثيرة لعلاج القذف السريع مثل الأدوية المضادة للاكتئاب والمراهم الموضعية قبل الجماع بنصف ساعة وذلك بتقليل إحساس المريض بالمثيرات الجنسية .مما يقلل من تهيج رأس القضيب أثناء الإيلاج والاحتكاك مما يعطي الفرصة لزيادة الاستمتاع بالجماع الجنسي مع الزوجة وإطالة فترة أطول فترة ممكنة .
ويمكن كذلك اللجوء إلى العلاج الجنسي كوسيلة فعالة لعلاج القذف السريع ، وتستلزم هذه الطريقة نوعية خاصة ومعينة من المرضى على أن يكونوا على قدر كبير من الوعي والثقافة ، وفي هذه الطريقة يتم تدريب الرجل على الوصول إلى مرحلة ما قبل الذروة ثم الهدوء وتدريجياً ، ثم استعادة درجة الإثارة مرة أخرى إلى ما قبل الذروة ، عدة مرات ويؤدي ذلك إلى طول فترات الانتصاب قبل القذف.
وهناك عدة طرق أخرى كثيرة منها أن يتم الضغط على رأس القضيب عند الشعور بالرغبة في القذف.

## (٦) اللـــــــــــــــــــــذة و الاســـــــــــــــــــــتمتاع

للوصول الى قمة اللذة و الاثارة يجب ان تمــارس العمليـــة الجنــسية بصورة صحيحة و العملية الجنسية يمكن تقسيمها إلى ثـــلاث مراحـــل أولهـــــــــــــا الملاعبـــــــــــــــة التمهيديـــــــــــــــة وثانيها الاتحـــاد الجنـــسى الفعلـــى (إيـــلاج الـــذكر داخـــل الفـــرج) وثالثهـــــــــــــا الملاعبـــــــــــــــة النهائيـــــــــــــــة ورغم أن هذه العملية عبارة عن تجربة عاطفية لا يمكن تقسيمها إلا أن هذا التقسيم ليس إلا لمجرد تسهيل الفهم، فالجهل هو مـــصدر الخطـــأ دائما، فكثير من الناس لا يعرفون أن المرأة تحتاج إلى تمهيد وملاطفة قبل ان تستسلم للزوج فى ابتهاج، فهى تحتاج إلى الحب والرقـــة مـــن جانب الزوج، وتحتاج أيضاً إلى تمهيد جسدى عن طريـــق الملاعبـــة المثيرة بل إن الرجل الذى يحب زوجته فعلاً يحس بحاجتها إلى هـــذه الملاعبة، بل إن هذه الملاعبة تمثل أمتع ما فى العملية الجنسية بالنسبة للمرأة ويجب أن يفهم الرجل أن جسد المرأة أكثر انفعالاً منـــه وأكثـــر تأثيراً للمس والضغط والرجل الذى يغفل هذه المداعبة نتيجة لجهله أو أنانيته أو خجله الزائف يجعل زوجته لا تستسلم له تماماً بـــل تتحـــول العلمية إلى ما يشبه الاغتصاب، وطبعاً لا يمكن أن يحقق الاغتـــصاب مــــــا نقـــــــصده مـــــــن الاتحـــــــاد الجنـــــــسى اتفـــاق لحظـــات ذروة الإثـــارة بـــين الـــزوج وزوجتـــه يجب أن يصل الرجل إلى قمة اللذة فى اللحظة التى تصل فيها الزوجة

إلى قمة لذتها، ولذلك على الزوج أن يروض نفسه، وينتظر حتى تصل الزوجة إلى هذه القمة حتى يحدث لهما بدلك الانسجام الجنسى أما الرجل الذى لا ينتظر فإنه يحطم اللعبة الغرامية دون أن يدري ، ويمكن أن نقول أن العملية الجنسية هى المدرسة التى تقضى على الأنانية، لأن الزوج إذا ما فكر فى نفسه فقط فلن يحصل على نفس اللذة الهائلة التى يحسها إذا ما فكر فى رغبات زوجته فالعملية الجنسية يمكن أن تقرب أو تباعد ما بين الرجل والمرأة، والإشباع الجنسى هو إحساس متبادل لا يتحقق إلا إذا حدث تناغم ينتج عنه الانسجام بين الاثنين

المداعبات النهائية ضرورية

أما عن الملاعبة النهائية التى تعقب العملية الجنسية فهى شىء ضرورى رغم أن الكثيرين يهملونها، إذ يجب أن لا ينفصل الزوجان مباشرة بعد الجماع، بل يظلا متعانقين، لأن الزوج يحس أن زوجته تريد أن تبقى فى حوزته عاطفياً وجسدياً وأنها ما زالت متوترة، كما أن الشكر المتبادل بينهما يزيد الروابط العاطفية قوة أى أن لهذه الملاعبة النهائية أثرها فى تثبيت العلاقات الزوجية وتحقيق سعادة الزوجين معاً و الطريق إلى "اللذة الجنسية الكاملة" سهل وميسور بإذن الله، ولكن تعترضه مجموعة من العقبات سأجتهد في إزالتها جميعاً من خلال هذا الطرح الذي أرجو أن يكون دليلاً متكاملاً للزوجات و الازواج

ـــهناك تنوع في أشكال تحقق "اللذة الجنسية"، وبالتالي ليس هناك مكان للحديث عن "صـــواب" أو "خطـــأ"، ولكـــن عـــن أشـــكال وأنـــواع.
ــ الحالة المزاجية من قلق أو سرور أو غير ذلك لها دخل كبير فـــي الوصول إلى "اللذة" والشعور بها، كذلك الإرهـــاق البـــدني والـــذهني، وكذلك المناخ المحيط بعملية الممارسة: المكـــان، الإضـــاءة، التهيـــؤ.
ــ نوع وكمّ المداعبـــة "القبليـــة" و"البعديـــة" لـــه دور هـــام أيـــضاً.
ــ مستوى الثقة والانسجام بين الزوجين، وتـــشاركهما فـــي التفاعـــل والتعامـــل مـــع أحـــداث الحيـــاة أيـــضاً عليـــه معـــول هـــام.
* بالنسبة للرجل: تحدث "اللذة الجنسية"، وتـــرتبط بإثـــارة القـــضيب، ويتوافق مع القذف الذي يعقبه مجموعة من الانقباضات في بعـــض أو كل الأعضاء التناسلية، وتفاعلاً مع هذه الانقباضات حدوث –في بعض الرجال– "تعبير أعلى" من أصوات تأوه عالية، أو حركات جـــسدية لا إراديـــــــــــــــــــــــــــــة أو كلاهمـــــــــــــــــــــــــــــــــــا.
وهذه التعبيرات قد تحدث أحياناً، وقد لا تحدث، ويستمر الشعور باللذة عنـــد الرجـــل لفتـــرة ــ تطـــول أو تقـــصر ــ بعـــد القـــذف.
* بالنسبة للمرأة: هناك اختلاف واسع بين المتخصصين ــ كما سنرى لاحقاً ــ حول شعور المرأة باللذة الجنسية عمقـــاً، و"رعـــشة الـــشبق" خاصـــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــة:
ــ بعضهم يقول بأن هناك نوعين من "الشبق": أحـــدهما يحـــدث فـــي "البظر" وحده ولا يتجاوزه، والآخر يبدأ من "البظر" ولكن ينتشر منـــه

إلى المهبل، بل وأعضاء الحوض الأخرى: الرحم .. والمثانة... إلـخ، ويتحدثون عن نقطة توجد في بعض النساء "حوالي الثلث" وموضـعها في الجدار الأمامي لقناة المهبل، وأن إثارة هذه النقطة هي التي تـؤدي إلى حدوث "الرعشة" التي تنتج أو تكون مـصحوبة بانقباضـات فـي الـرحم، والمهبـل، وبقيـة أعـضاء الحـوض.

ـ في حين يتمسك فريق بوجود هذه النقطة، ويرتبون المـسألة علـى النحو الذي أوضحناه، ينفي آخرون وجود مثل هذا الأمر تمامـاً، وإن اتفقوا على أن الجدار الأمامي لقناة المهبل "شديد الحساسية"، ولـه دور كبير في تحقيق اللذة، وأن الحديث عن وجود "النقطة الـساخنة" تلـك مجرد افتراض علمي، ولم يتأكد بشكل نهائي في الوقت الذي يؤدي إلى قلق النساء والرجال، وتبرير أخطاء أخرى في الممارسة، بمعنـى أن يكون الادعاء بعدم وجود هذه النقطة في امرأة ما مثل الشماعة التـي يعلق عليها الزوج والزوجة تقصيرهم في استكمال مقدمات وشـروط الاستمتاع.

*** فمـا هـي ترتيبـات الجمـاع الممتـع؟!**

**باختصار:**

١ـ التهيؤ، والاستعداد الجيد: من عدم وجـود منغـصات نفـسية أو اجتماعية، أو إرهاق بدني أو أي عارض يحول دون التركيز الكامـل في الممارسة الجنسية، مع استحضار النية وتلاوة الـدعاء المـأثور.

٢ـ المداعبة والملاعبة التي تشمل أشكالاً كثيرة، وفنونـاً واسـعة ..

أخص منها بالذكر: مداعبة الأعضاء التناسلية الأساسية: "القضيب" في الرجل، و"البظر" في الأنثى .. إن هذه المداعبة جزء أساسي في تحقيق اللـــذة، بـــل وحـــدوث "الـــشبق" عنـــد المـــرأة، والرجـــل.

٣ــ مرحلة الجماع: وله أوضاعه المختلفة والمتنوعة، والتي تتناســب مع ظروف وأحوال الرجل والمرأة، وغرض هذه الأوضـــاع وهـــدفها تحقيق الإدخال على أفضل وجه، ويلاحظ أن متعة الرجل ووصوله إلى اللذة يكون أسرع من المرأة ــ في أغلب الأحيان ــ؛ ولذلك فإن عليــه ألا يستعجل القذف، وأن يتأنى ــ حتى لو قذف ــ ويستمر في البقــاء داخل المهبل مع المداعبة والملاطفة حتى تشعر المرأة أنهــا قــضت وطرها، ويسألها عن ذلك، ولا يقوم عنها إلا إذا اطمئن أن هــذا قــد حـــــــــــــــــــــــــــــــــــدث.

٤ــ إذا هم الرجل بالقيام عن المرأة قبل أن تقضي وطرها فعليهـــا أن تطلب منه أن يبقى، ويستمر، وألا تعتبر هذا عيبـــاً أو "قلـــة حيـــاء"، فالنتائج المترتبة على عدم الشعور باللذة الجنسية أكبر وأهـــم مـــن أن نتعامل معها باستخفاف، أو نصمت عنها بدافع "الحياء" الذي يكون هنا مذموماً؛ لأنه في غير موضعه، بل ونلوم فاعله لأنه أخطأ فـــي حـــق نفـــــــــــــــــسه، وشـــــــــــــــــــــريكه.

٥ــ لا بأس من معاودة الجماع مرة أخرى ــ بعد وقـــت معقـــول ــ يحتاجه الرجل لاستعادة القدرة على الانتصاب، ويحتاجـــه الزوجـــان للتهيؤ من جديد لجماع جديد، والرسول – صـــلى الله عليـــه وســـلم –

أوصى بالوضوء، وربما غسل الرجل لأعضائه بما يجعله أنشط وأقدر علـــــــــــــــى المعـــــــــــــــــاودة.

إذن: الوصول إلى "اللذة الجنسية" عملية مركبة من خطوات تتــضافر، وتتشارك في الوصول، وغياب إحدى النقاط يعيــق هــذا الوصـــول.

* الوصول إلى الشبق في الرجل والمرأة علـــى حـــسن إبـــرام هـــذه الخطوات، ولا يرتبط فقط بالإدخال والإنزال، ولكن بمكونات الممارسة كلها، وخاصة مداعبة أعضاء الإثارة الجنسية: البظـــر، الأذن، جانـــب الرقبة، وحلمات الثدي (في المرأة)، والأعضاء التناسلية (في الرجل).

* بحسن الإعداد والممارسة ــ نضمن إن شاء الله ــ أن تحصل المرأة على متعتها، ويحصل الرجل كذلك على متعته (قبل ومع وبعد القذف).

* المرأة التي لا تصل للشبق بمعنى "الرعشة" ليست بالضرورة امرأة "باردة جنسية"، فقد تكون بطيئة أو هادئة الاستجابة، وقد يكون زوجهـــا أسرع منها بكثير، وقد يكون هناك عيب في جانب آخر من الجوانـــب الــــلازم اســـتكمالها لتحقيـــق ممارســـة موفقـــة..، وهكـــذا.

* التفاهم والمصارحة، وعدم الخجل من الحوار حول هذه المسائل، هو المتسق مع هدي الإسلام، وهو السبيل إلى الانسجام بـــين الـــزوجين، واستمتاع وإمتاع كل منهما الآخر،

## (٧) غشاء البكارة

غشاء البكارة هو غشاء يوجد لدى الفتيات العذراوات ، ويغلق الفتحة الفرجية بصورة كاملة ، وأشكال الغشاء وسماكته تختلف من عذراء لأخرى ، ونادراً ما تولد الفتاة بدون غشاء بكارة ، وقد يتمزق بسبب مرض أو عبث أو حادث وهناك أغشية لها من الرقة والمرونة بحيث لا يتمزق بسهولة أثناء الممارسة الجنسية ، وقد يبقى سليماً حتى مولد الطفل الأول برغم تكرار العملية الجنسية والغالب أن يتمزق هذا الغشاء مع أول اتصال جنسي كامل ، ويحدث تمزقه ألماً خفيفاً ، وتنزف منه كمية قليلة من الدم وهذا الغشاء تولد به الأنثى فهو يتكون فى جسمها وهى لا تزال فى رحم أمها ، وينمو مع نمو الجسم كحال باقى الأعضاء

## أشكال غشاء البكارة

يختلف شكل غشاء البكارة أيضاً من فتاة لأخرى ، فتكون فتحته إما دائرية أو بيضاوية الشكل ، وفى أغلب الفتيات فإنه يأخذ شكلاً هلالياً ، وهناك غشاء مشرشر أو مسنن الشكل ، وآخر به فتحتان ، و فتحات الغشاء هذه تسمح بنزول دم الحيض ، وفى بعض الأحيان تولد الفتاة وغشاؤها مسدود تماماً مما يمنع نزرل دم الحيض وهنا لابد من التدخل الجراحى بمعرفة أخصائى لإحداث ثقب صغير لتصريف فى دم

الحيض المتراكم داخل الفتاة وتزيد صلابة غشاء البكارة وعدم مرونته (قساوته) بتقدم السن ، فإذا جاوزت الفتاة الثلاثين وهى عذراء لم تمس ازدادت بكارتهـــــــــــا صـــــــــــــلابة ومتانـــــــــــــة

*ملاحظـــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــة*

*من الممكن أن يحدث حمل للفتاة العذراء إذا تسرب السائل المنوى عبر الثقب الموجود فى غشاء البكارة ، فحذار من الممارسة الجنسية– حتى وإن كانـــــــــــــــــــت ســـــــــــــــــطحية*

**فـــــــــــــــض غـــــــــــــشاء البكـــــــــــــــارة**

يتخيل بعض الرجال أن فض البكارة عمل شديد الــصعوبة ، فيــدخل أحدهم على عروسه متوهماً بأنه يحتاج لقوة جبارة لفض هذا الغشاء ، فيعاملها وكأنه فى معركة حربية!! والواقع أن فض غشاء البكارة مــن السهولة بحيث أنه بمجرد انتصاب قضيب الرجل وتصلبه فإنه بإدخال القضيب وبلا عنف يتم فض هذا الغشاء وكثير من الفتيــات يــتملكهن الرعب والفزع من هذه العملية فى الليلة الأولى ، من كثرة ما ســمعن وما تردد حولهن من حكايات وأوهام مزعومة من آلام فض البكــارة والواقــع أن فــض البكـــارة لا يــصحبه إلا ألــم طفيــف جــداً

**جــــــــــرح فـــــــــض غـــــــــشاء البكــــــــــارة**

فى أغلب الأحيان يتمزق الغشاء تمزقاً اعتيادياً ، ولكنه يتـــرك آلامـــاً بسيطة تحتاج معها المرأة ليومين أو ثلاثة للشفاء منها ، ويستحسن ترك الجمـــاع فمـــا اليـــومين التـــاليين لفـــض غـــشاء البكـــارة

**أوضـــــــاع فـــــــض غـــــــشاء البكـــــــارة**

هناك أوضاع للجماع يسهل معها فض غشاء البكارة بعــد المــداعبات الكافية لترطيب المهبل وقد رى بعــض الاخــوان ان لا يــتم نــشر

******

إلتهابـــــــــــات شـــــــــــهر العـــــــــــسل

يصيب التهاب المثانة الإناث أكثر من الذكور حيث تكون قناة مجـــرى البـــــول فـــــيهن قـــــصيرة ومكـــــشوفة للخـــــارج وعموماً تحدث الإصابة فى الأطفال ، وفى سن الخصوبة ، وتكثربعــد الزواج مباشرة إثر الجماع الأول (جماع ليلـــة الزفـــاف)، وتـــسمى " التهابات شهر العسل " ، وينشأ التهاب المثانة فى هذه الحالة من تهيجها نتيجـــة لكثـــرة الجمـــاع فـــى الأيـــام الأولـــى للـــزواج الوقايـــــة مـــــن التهابـــــات شـــــهر العـــــسل

ينصح بعد فض غشاء البكارة التوقف عن الجماع ليوم أو يومين حتى تلتئم الجروح الطفيفة الناجمة عن ذلك ، مع عمل حمام دأفىء ، بـــأن تجلس الزوجة فى ماء دافىء– يمكن إضافة أحد المطهرات إليـــه– أو عمل دش مهبلى ، ويجب العناية بتشطيف المهبل بالطريقة الصحيحة ،

حيث يبدأ التشطيف من الأمام من عند فتحة البول ، وينتهى إلى الخلف (الشرج) ، وذلك بعد كل تبول ، أو بعد إتمام العملية الجنسية ، ويلاحظ أن إجراء التشطيف من الخلف للأمام ينقل الجراثيم الموجودة بالـــشرج إلى تجرى البول فيصاب المهبل بالالتهابات بفعل هذه ا لميكروبات وقد يحدث التهاب بالمهبل فى بداية فترة الزواج نتيجـــة لوجـــود تمزقـــات ملتهبة من جراء فض غشاء البكارة ، وهنا ينصح بالامتناع عن الجماع عـــد ة أيـــام حتـــى يـــزول الالتهـــاب واستـــشارة الطبيـــب

**الأعـــــــــــــشاب وعـــــــــــــلاج الالتهابـــــــــــــات**

هناك وصفات عديدة للعلاج بالأعشاب من حالات التهابـــات المهبـــل والمثانـــــــــــــــــــــــــة ومنهـــــــــــــــــــــــــا

شـــــــــــــــرب مغلـــــــــــــــــى الـــــــــــــــشمر

شـــرب فنجـــان واحـــد يوميـــا مـــن مـــستحلب زهـــر البـــابوبخ

عمل حمام تشطيف مهبلى بنقع ثلاث ملاعق كبيرة من البابوبخ فى لتر ماء مغلى ويترك حتى يصبح فاتراً ، ثم يصفى ، وتجلس فيه الزوجـــة

مغلى قـــشر الصفـــصاف ، ويـــستعمل كمـــا ســـبق مـــع البـــابوبخ

مغلى بذر الكتان

## (٨) ليلة الزفاف

وهى أول ليالى الحياة الزوجية ، وفى أول عملية جماع من هذه الليلة تصبح الخطيبة زوجة ، وأهم حدث فى هذه الليلة هو فض " غشاء البكارة "

هي ليلة تعددت أسمائها، فهي: ليلة العمر، وهي ليلة الزفاف، وهي ليلة البناء، وهي الليلة الموعودة وهي .. وهي .. يتشوق إليها العريس والعروس، ويتقدمان نحوها بمزيج من السعادة والدهشة والخوف والقلق والتوتر، ومع كل هذا خلفية كل واحد منهما وأفكاره عن تلك الليلة وما يحدث فيها.. كل قد استمدها من حياته الحافلة بما سمع وما تناقلته الألسنة، وبما أسرّ به الأصدقاء،وبما باحت به بعض الكتب المتاحة، ثم بالخيال الخاص وطبيعة شخصية كل منهما في مواجهة الأمور،.. أشياء كثيرة بعضها إيجابي وأكثرها سلبي تسهم في صناعة تلك اللحظة، وما يمر فيها من مشاعر وما يكتنفها من أحداث.

سندخل في الموضوع مباشرة وهو: كيف نصل إلى ليلة زفاف سعيدة وناجحة؟ وكيف نتقي حدوث الفشل؟ أو قل كيف نعد العروسين لاستقبال هذه الليلة؟ وذلك بخصوص المسألة الجنسية على وجه التحديد، وما أقوله هو نتاج الخبرة العملية مع الحالات التي تعرضت للفشل، أو الحالات التي تلقت الإعداد المسبق الكافي، ومرت الأمور بسلام ونجاح.

## ليلة عادية

أول شيء يجب أن يعلمه العريس والعروس أن هذه الليلة بالرغم مما حولها من هالة وتضخيم لأحداثها هي ليلة عادية جدًا، كل ما زاد عليها أنكما قد أغلق عليكما باب واحد، ولكن لم يتغير شيء في المسألة أكثر من ذلك، فلا أنت قد تحولت إلى وحش كاسر، ولا هي تنتظر منك أن تفعل الأفاعيل.. إن كلاكما يجب أن يهدأ هو أولاً ويهدئ الطرف الآخر.. وأهم نقطة في هذا الهدوء أننا لسنا بصدد معركة حربية أو موقعة

مصيرية يجب إنجازها في هذه الليلة، خاصة وأنه في كثير من أجزاء وطننا العربي ما زالت هناك العادة الجاهلية لرؤية الفراش أو الغطاء وقد تلوث بالدماء دلالة الشرف والعفة..! مما يضغط على أعصاب الزوجين في ضرورة إنجاز المهمة وإلا حدثت الفضيحة، وتحدث الناس عن فشلهما الذريع.

يجب أن يفهم العروسان أننا بصدد لقاء طبيعي بين زوجين متحابين، إذا ترك الأمر لمشاعرهما الطبيعية، ولتتابع الأحداث دون أي توتر أو تكلف فإن النتيجة الطبيعية المؤكدة هي تمام اللقاء بحب دون الانشغال بالنصر أو الهزيمة فيما يبدو كمعركة حربية!

### المعرفة العلمية

ويجب أن يتعلم الشاب التركيب التشريحي لأعضاء المرأة التناسلية، وذلك لأن غياب هذه المسألة يؤدي لعدم إدراكه ماذا يفعل وكيف وأين؟ وهي شكوى متكررة من كثير من الشبان، -بل ومن الشابات- الذين فشلوا في أول يوم وهي أنهم لا

يعرفون المكان الصحيح للجماع لعدم درايتهم بالصفة التشريحية حيث إنه في الغالب يذهب إلى مكان خاطئ فيلقى مقاومة، وتشعر الزوجة بآلام شديدة لا علاقة لها بالعملية الجنسية ذاتها، ولكن بالخطأ في الممارسة نفسها. ويرتبط بذلك أن يعرف الطرفان الوظائف الفسيولوجية لأعضائه وأعضاء الطرف الآخر؛ حيث يجهل كثير من الشباب ماهية الدورة الشهرية، وأسباب حدوثها، وفترة الإخصاب والتبويض، وفترة الأمان في النكاح وكذلك الفتاة لا بد أن تعلم ما هو الانتصاب والقذف وكيف ومتى يحدث، وهذا يحتاج في فترة ما قبل الزفاف لقراءة علمية أو سؤال طبيب متخصص. وهي أمور مهمة جدًا لحدوث حياة جنسية ناجحة.

لا آلام

وفي هذه النقطة نؤكد للشابة أنه لا ألم ولا نزيف بالشكل الشائع في الثقافة المتداولة؛

لأن مسألة الألم والنزيف أكثر ما يقلق البنات في هذه الليلة.. سواء لأنها سمعت ذلك من زميلاتها اللاتي سبقنها في هذا المضمار، ويردن أن يضفين جوًّا من الإثارة على أحداث الليلة فتتحدث عن الألم الذي شعرت به، والدماء التي نزفت بغزارة و. و .والمسكينة الجديدة ترتعد فزعًا، وهي لا تعلم أن صاحبتها تبالغ وتختلق، أو تكون الوقائع التي حدثت لبعض جاراتها أو مثيلاتها لا يُقاس عليها؛ حيث تكون هناك أسباب مرضية غير طبيعية هي التي أدت إلى حدوث النزيف الحاد أو الألم غير المحتمل .. أما في الحالات الطبيعية فلا ألم ولا نزيف. وموضوع النزيف من الأمور التي يجب أن يفهمها العريس حيث إن كثيرًا من الشبان يتخيل مسألة فض البكارة.. مذبحة بشرية ينتج عنها دماء كثيرة وينتظر صاحبنا الدم أو يبحث عنه فلا يجد؛ فتثور ثائرته أو على الأقل تثور شكوكه!! وهنا يجب أن يتعلم الشاب ماهية غشاء البكارة؟ وما معنى الفض؟ وما كمية الدم المتوقعة؟

وكيف يكون شكلها؟

فلا بد أن يعلم أنه غشاء رقيق يتغذى ببعض الشعيرات الدموية، وأن عملية الفض تؤدي إلى تمزق هذا الغشاء جزئيًا مع انفجار بعض هذه الشعيرات الدموية الدقيقة

وعليه تكون كمية الدماء المتوقعة نقطة أو نقطتين، فإذا أضيفت إليها الإفرازات الطبيعية التي تفرزها المرأة فإن الناتج في أغلب الحالات هو بقعة من الإفرازات تتلون بلون وردي خفيف قد يحتاج إلى جهد لرؤيته إذا لم يكن لون الفرش أبيض.

وقدموا لأنفسكم

إننا نطلب من العريس عدم التعجل في هذه الليلة خاصة، وبصورة عامة وأن هناك مرحلة مهمة يغفلها كثير من الشباب في علاقتهم الجنسية وتؤدي إلى الفشل، وهي عملية التهيئة النفسية والجسمية قبل الشروع في العملية الجنسية الكاملة، وهي ما نسميه "بالمداعبة" سواء اللفظية أو الحسية، وأنها يجب أن تأخذ وقتها الكافي دون

نقص أو زيادة، لأن النقص: يجعل المرأة غير مهيأة لعملية الجماع، وهذا خاصة في أيام الزواج الأولى حيث لم تتعود المرأة بعد على الممارسة الجنسية، وتغلب عليها مشاعر التوتر والاضطراب، وربما الخجل أو الألم أكثر من الاستمتاع والإثارة ولكن بعد فترة تعتاد الأمر وتبدأ في الاستمتاع به.

ولذلك لم يغفل القرآن الكريم هذه العلاقة فيقول الله تعالى: "نِسَآؤُكُمْ حَرْثٌ لَّكُمْ فَأْتُواْ حَرْثَكُمْ أَنَّى شِئْتُمْ وَقَدِّمُواْ لأَنفُسِكُمْ وَاتَّقُواْ اللّهَ وَاعْلَمُواْ أَنَّكُم مُّلاَقُوهُ وَبَشِّرِ الْمُؤْمِنِينَ" البقرة:٢٢٣. ويقول الرسول – صلى الله عليه وسلم" لا يقعن أحدكم على امرأته كما تقع البهيمة وليكن بينهما رسول: قيل وما الرسول؟ قال: "القُبلة والكلام"، وقال: ثلاث من العجز في الرجل وذكر منها أن يقارب الرجل زوجته فيصيبها قبل أن يحدِّثها ويؤانسها فيقضي حاجته منها قبل أن تقضي حاجتها منه– جزء من الحديث السابق –.

أما الزيادة في التهيئة : فتؤدي إلى الإثارة التي قد تؤدي إلى تعجل

الرجل ماءه قبل استكمال عملية التواصل الكامل أو وصول المرأة إلى قمة متعتها، مما يسبب لها آلاماً عضوية ونفسية تجعلها تحمل ذكريات سيئة للعملية الجنسية قد تصل إلى النفور التام منها مع الوقت. وهذا أمر يجب أن يتعلمه الطرفان بحيث يتعرف كل طرف على ما يحب ويسعد الطرف الأخر.

## الحوار والتفاهم

ونذكر في هذا الصدد مسألة الحوار والتفاهم في هذا الموضوع لأهميتها البالغة، فيجب أن يتعود الزوجان قبل وبعد وأثناء اللقاء التكلم في هذا الموضوع، بمعنى أن يسأل كل طرف الآخر عما يسعده ويثيره، ويسأله إن كان له طلبات خاصة في هذه المسألة.. خاصة الزوجة التي تحتاج من الزوج أن يتفهم حالتها، حيث إن بعض النساء يتأخرن في قضاء وطرهن، ويحتاج الأمر إلى تفاهم وحوار حتى يصل الزوجان إلى الشكل

والوقت المناسب لكل منهما.

## شفاء الجهل

شفاء الجهل السؤال.. وكثير من أمور الليلة الأولى تحتاج للسؤال وطلب المعرفة السليمة والبعض يلجأ إلى وضع وسادة تحت ظهر الزوجة لتسهيل عملية الفض والجماع وهي مسألة غير طبيعية تجعل الزوجة في وضع غير طبيعي مما يجعلها تتوتر وتشعر بحدوث شيء غريب يستدعي ترتيبات خاصة.. بل إن هذا الوضع قد يسبب لها آلامًا فيزداد التوتر، ويترسخ في ذهنها، وتستدعي ذكريات الألم التي سمعتها مما قد يجعلها في رد فعل غير إرادي للمقاومة، ومن ثم تفقد التهيئة النفسية التي حدثت لها، لذا فالوضع الطبيعي التلقائي بدون تكلف يصل إلى النتيجة المرجوة.

وأيضًا هناك اعتقاد خاطئ لدى كثير من المتدينين عن كراهة النظر إلى عضو المرأة وهذا الرأي رفضه كثير من العلماء، منهم الشيخ الغزالي –عليه رحمة الله– الذي ذكر أن حدوث العلاقة الزوجية يستدعي النظر فلا يعقل أن تتم بغيره.

إن هذه النقاط التي ذكرتها يفضل أن يتدارسها الزوجـان سـويًا قبـل الزفـــاف بأســـبوع
أو أسبوعين ويتحاورا فيها ويتفاهما بصددها حتى يـصلا إلـى فهـم مـــشترك حتـــى إذا
أشكلت عليهما مسألة لا يتحرجا أن يسألا المتخصص حتى يصلا سويًا إلـــى تـــصور
لهـــذه الليلـــة، ومـــا يحـــدث فيهـــا دون مـــشاكل.
ونختصر ما قلناه في كلمات قليلة:

اللقـــاء الطبيعـــي..
لا ألـــم ولا نزيـــف ولا أوضـــاع خاصـــة.
التهيئـــة والمداعبـــة..
الفهـــم لتركيـــب ووظيفـــة الأعـــضاء..
الرفـــق والحـــب..
ولا تنسَ الدعاء وذكر الله. فإن من هدي النبي – صلى الله عليه وسلم– فـــي هـــذه الليلـــة
أن يبدأ الزوج بالدعاء فيضع يده على رأس زوجته ويقول (اللهم إنـي أســـألك مـــن خيرهـــا
ومن خير ما جبلت عليه وأعوذ بك من شرها ومن شر ما جبلت عليه) رواه أبـــو داود

وابن ماجه، ثم يصلي بها ركعتين، وهذا يجعل الطمأنينة والهدوء يسود جـــو هـــذه الليلـــة

واجـــب الـــزوج الخلقـــى فـــى ليلـــة الزفـــاف

صحيح أن الرجل لا يجد صعوبة فى ليلة الزفاف لفض البكارة غير أنه لابد أن يتعامل مع الزوجة بلباقة ومودة ، فهذه فتاته غـــادرت منـــزل والديها ثم وجدت نفسها معه فى عالم آخر جديد ، فيجب أن يـــشعرها زوجها بمودته ومحبته وملاطفته ، لا أن يعتبرها فريسة يجب عليه أن ينقض عليها ويفترسها ، بل يجب عليه أن يتصرف معها فى هذه الليلة كخطيبة لا كامرأة أو زوجة ، ليست هذه الليلة ليلة متعة ، بل هى ليلة حب ، ليلة حب غير جنسى ، وأهمية هذه الليلة هى أهمية نفسية أكثـــر منها جسدية ، فلتكن ليلة مودة ومحبة ، وليست ليلة حربية وافتراس ، وعلى الرجل أن لأ يبحث عن اللذة فى هذه الليلة ، بل يهتم بالزوجـــة ولا يجرح شعورها بتسرعه ورعونته ، فهو سيحصل على كل مطلوبه بالتروى ، وفى ظلال نور خافت ، بعد أن يترك لعروسه حريتها فـــى التعرى من ثيابها ، فلا يدخل عليها إلا بعد اضطجاعها فى الفـــراش ، وعليه هو أيضا أن يتعرى إما فى غرفة مجاورة أو وراء ستار مثلاً ، ولا يفاجئها بمنظره العارى لأن ذلك يؤلف لديها مشهداً تشمئز منه فى اليوم الأول ولتقوية معنويات المرأة وتشجيعها علـــى الـــتخلص مـــن الخوف والرهبة يجب أن يجرى فض البكارة بدون تكلف ، قبل البـــدء فى إدخال القضيب لابد من أن يقوم الزوج بمداعبة عروسه وملاطفتها

بشكل عاطفى ، ويبالغ فى المداعبة والملاطفة ، والتقبيل والمعانقة ويبادل زوجته الهمسات العاطفية والكلمات واللمسات الدافئة ، حتى تثار عروسه ويترطب المهبل بفعل الإفرازاته المهبلية الناتجة عن الإثارة ، وبرفق يقوم الزوج بإيلاج رأس الحشفة ما بين الشفرين الصغيرتين باتجاه الغشاء تقريباً ، ويبادل عروسه الهمسات العاطفية ، فلا تمضى دقائق معدودات حتى يصبح الإيلاج ممكنا وسهلاً ، ونقصد من كل ذلك أن تكون عملية ففر الكبارة فى جو من المودة والحب والهدوء ، لا أن تكون فى صورة وحشية وافتراس ، فليس من المستحب أن تبدأ الحياة الزوجية بالاغتصاب ، وإذا فشل الزوج فى فض الغشاء فى الليلة الأولى فعليه أن يؤجل ذلك إلى صباح الغد

## (٨) الثقافة الجنسية

هل نحن في حاجة إلى ثقافة جنسية؟
قد يكون هذا هو السؤال المهم .. حيث إن إدراك وجود المشكلة هو نصف الحل، بينما تجاهلها يمكن أن يؤدي إلى تفاقمها بصورة لا يصلح معها أي حل عند اكتشافها في توقيت متأخر ... فما بالنا ونحن نحوم حول الحمى.. و لانناقش الأمور المتعلقة بالصلة الزوجية و كأنها سر و لا يسمح حتى بالاقتراب لمعرفة ما إذا كان هناك مشكلة أم لا؟ لأن ذلك يدخل في نطاق "العيب" و"قلة الأدب"، فالمراهقين والمراهقات

يعانون أشد ما يعانون من وطأة هذه الأسئلة وهذه المشاعر!!، ونحن نسأل: كيف إذن يتم إعداد الأبناء لاستقبال هذه المرحلة الخطيرة من حياتهم بكل ما تحويه من متغيرات نفسية وجنسية وفسيولوجية، وحتى مظهرية؟ .. فالأم تقول: إني أصاب بالحرج من أن أتحدث مع ابنتي في هذه الأمور. وطبعًا يزداد الحرج إذا كان الابن ذكرًا.. وهكذا يستمر الموضوع سرًا غامضًا تتناقله ألسنة المراهقين فيما بينهم، وهم يستشعرون أنهم بصدد فعل خاطئ يرتكبونه بعيدًا عن أعين الرقابة الأسرية، وفي عالم الأسرار والغموض تنشأ الأفكار والممارسات الخاطئة وتنمو وتتشعب دون رقيب أو حسيب. ثم تأتي الطامة ويجد الشاب والفتاة أنفسهما فجأة عند الزواج وقد أصبحا في مواجهة حقيقية مع هذا الأمر، ويحتاجان إلى ممارسة واقعية وصحيحة، و هما في الحقيقة لم يتأهلوا له. ويواجه كل من الزوجين الآخر بكل مخزونه من الأفكار والخجل والخوف والممارسات المغلوطة، ولكن مع الأسف يظل الشيء المشترك بينهما هو الجهل و عدم المصارحة الحلال بالرغبات و الاحتياجات التي تحقق الإحصان، ويضاف لهذا الخوف من الاستفسار عن المشكلة أو طلب المساعدة، وعدم طرق أبواب المكاشفة بما يجب أن يحدث ...وكيف يحدث..!

هناك العديد من الحالات لمراهقين أوقعهم جهلهم في الخطأ و أحياناً الخطيئة ، و أزواج يشكون من توتر العلاقة ،أو العجز عن القيام بعلاقة كاملة، أو غير قادرين على إسعاد زوجاتهم، و زوجات لا يملكن

شجاعة البوح بمعاناتهن من عدم الإشباع لأن الزوج لا يعرف كيــف يحققها لهن ، و غالباً لا يبالي.. ومع الأسف يشارك المجتمع في تفــاقم الأزمة بالصمت الرهيب، حيث لا تقدم المناهج التعليمية –فضلاً عــن أجهزة الإعلام– أي مساهمة حقيقية في هذا الاتجاه رغم كل الغثــاء و الفساد على شاشاتها و الذي لا يقدم بالضرورة ثقافة بقدر ما يقدم صور خليعـــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــــة.

ويزداد الأمر سوءاً حينما يظل أمر هذه المعاناة سرًا بــين الــزوجين، فتتلاقى أعينهما حائرة متسائلة، ولكن الزوجة لا تجرؤ على الــسؤال، فلا يصح من إمرأة محترمة أن تسأل و إلا عكس هذا أن عندها رغبة في هذا الأمر( وكأن المفروض أن تكون خُلقت دون هــذه الرغبــة!) والزوج –أيضًا– لا يجرؤ على طلب المساعدة من زوجتــه..، ألــيس رجلاً ويجب أن يعرف كل شيء.. وهكذا ندخل الدوامة، الزوج يسأل أصدقاءه سرًا؛ وتظهر الوصــفات العجيبــة والاقتراحــات الغريبــة والنصائح المشينة، حتى يصل الأمر للاستعانة بالعفاريت والجانّ، لكي يفكّـــــــــوا "المربـــــــــوط"، ويرفعـــــــــوا المـــــــــشكلة.

و عادة ما تسكت الزوجة طاوية جناحيها على آلامها، حتى تتخلص من لَوم وتجريح الزوج، وقد تستمر المشكلة شهوراً طويلة، ولا أحد يجرؤ أن يتحدث مع المختص أو يستشير طبيبًا نفسيًا، بل قد يــصل الأمــر للطلاق من أجل مشكلة ربما لا يستغرق حلها نصف ساعة مــع أهــل الخبرة والمعرفة،.. ورغم هذه الصورة المأساوية فإنها أهون كثيرًا من

الاحتمال الثاني، وهو أن تبدو الأمور وكأنها تسير على ما يرام، بينما تظل النار مشتعلة تحت السطح، فلا الرجل ولا المرأة يحصلون على ما يريدون أو يتمنون، وتسير الحياة وربما يأتي الأطفال معلنين لكل الناس أن الأمور مستتبة وهذا هو الدليل القاطع- وإلا كيف جاء الأطفال!!

وفجأة تشتعل النيران ويتهدم البيت الذي كان يبدو راسخا مستقرًا، ونفاجأ بدعاوى الطلاق والانفصال إثر مشادة غاضبة أو موقف عاصف، يسوقه الطرفان لإقناع الناس بأسباب قوية للطلاق، ولكنها غير السبب الذي يعلم الزوجان أنه السبب الحقيقي، ولكنّ كلاً منهما يخفيه داخل نفسه، ولا يُحدث به أحدًا حتى نفسه، فإذا بادرته بالسؤال عن تفاصيل العلاقة الجنسية -كنهها وأثرها في حدوث الطلاق- نظر إليك مندهشاً، مفتشاً في نفسه وتصرفاته عن أي لفتة أو زلة وشت به وبدخيلة نفسه، ثم يسرع بالإجابة بأن هذا الأمر لا يمثل أي مساحة في تفكيره!

أما الاحتمال الثالث -ومع الأسف هو السائد- أن تستمر الحياة حزينة كئيبة، لا طعم لها، مليئة بالتوترات والمشاحنات والملل والشكوى التي نبحث لها عن ألف سبب وسبب... إلا هذا السبب.

هل بالغنا؟.. هل أعطينا الأمر أكثر مما يستحق؟.. هل تصورنا أن الناس لا هم لهم إلا الجنس وإشباع هذه الرغبة؟، أم إن هناك فعلاً مشكلة عميقة تتوارى خلف أستار من الخجل والجهل، ولكنها تطل

علينا كل حين بوجه قبيح من الكوارث الأسرية، وإذا أردنـــا العـــلاج والإصلاح فمن أين نبدأ؟ إننا بحاجة إلى رؤية علاجيـــة خاصـــة بنـــا تتناسب مع ثقافتنا حتى لا يقاومها المجتمع، و أن نبدأ في بناء تجربتنـــا الخاصة وسط حقول الأشواك والألغام،و نواجه هذه الثقافة الغريبة التي ترفض أن تتبع سنة رسول الله في تعليم و إرشـــاد النـــاس لمـــا فيـــه سعادتهم في دائرة الحلال، و تعرض عن أدب الـــصحابة فـــي طلـــب الحلول من أهل العلم دون تردد أو ورع مصطنع،هذه الثقافة التي تزعم "الأدب" و "الحياء" و "المحافظة" و تخالف السنة و الهدي النبوي فتوقع الناس في الحرج الحقيقي و العنت و تغرقهم في الحيـــرة و التعاســـة. وهذا يحتاج إلى فتح باب للحوار على مختلف الأصـــعدة وبـــين كـــل المهتمين،نبراسنا السنـــة وسياجنا التقوى والجديـــة والعلـــم الرصـــين وهـــــدفنا ســـــعادة بيوتنـــــا والـــــصحة النفـــــسية لأبناءنـــــا. وهذا ما سنناقشه تباعاً

أولاً: الإسراف في الحياء لقد توارثنا تصورًا خاطئًا مـــؤداه أن خلـــق الحياء يمنع المسلم من أن يخوض في أي حديث يتصل بأمور الجنس، وتربينا على اجتناب التعرض لأي أمر من هذا القبيل، سواء بالـــسؤال إذا اشتدت حاجتنا إلى سؤال أم بالجواب إن طلـــب منـــا الجـــواب، أو بالمشاركة في مناقشة هامة وجادة، إن الجنس وكل ما يتعلق بـــه مـــن قريب أو بعيد يظل-في إطار هذا التصور الخاطئ- وراء حجب كثيفة

لا يستطيع اختراقها إلا من كان جسورًا إلى درجة الوقاحة أو كان ماجنًا، أو كان من الدهماء الذين حرموا كل صور التهذيب. أما الأسوياء والمهذبون فشأنهم عندنا عجيب، إذا أثير حديث جاد وبصورة عرضية فيه رائحة الجنس تراهم وقد تضرج وجههم من الخجل، وارتج عليهم في المسلك والقول، وكأنهم وقعوا في مأزق حرج، وربما لاذوا بالفرار بعيدًا، وإذا فرضنا أن تجرأ أحد الكبار (والد أو مدرس) وفتح حديثًا يقصد به تقديم نصيحة في أمر من أمور الجنس فإنك ترى المستمعين قد استقبلوه بامتعاض، وقالوا لأنفسهم: ليته سكت، وربما انصرفوا بعيدا أو حاولوا توجيه الحديث وجهة أخرى، وإذا حوصروا واضطروا للإنصات طلوا على مضض وكأن آذانهم ونفوسهم لا تطيق احتمال سماع مثل هذا الكلام الثقيل!! وإذا كان لا بد من حديث الجأت إليه ضرورة ملحة فلا بد أن يكون همسًا وبين جدران مغلقة بل محكمة الإغلاق، وكأنهم يأتون أمرًا خبيثًا منكرًا، ينبغي إخفاؤه عن أعين الناس وعن آذانهم، ثم لا بد أن يمهدوا للحديث تمهيدًا طويلاً ثم يلجون في الموضوع على استحياء وفي حرج بالغ، ولا يكادون معه يفصحون عما يريدون إلا بعد عناء شديد ومجاهدة مضنية، وإذا عرضت للشاب أو الشابة مشكلة تتصل بالأمور الجنسية أو الأعضاء الجنسية حار في التماس التصرف الملائم، والجهة التي يمكن أن يقصدها بحثًا عن حل أو علاج، هل يتحدث مع الوالد أو الوالدة أم مع الخادم أو الخادمة، مع المدرس أو المدرسة، أم مع الزميل أو الزميلة، وغالبا ما يكون الحديث

مع الخادمة أو الخادم، ومع الزميل أو الزميلة أهون منه مع الوالــد أو الوالدة ومع المدرس أو المدرسة، والسبب هو الحاجز الذي أقامه هؤلاء الكبار بينهم وبين أبنائهم وتلاميذهم، أقاموه بــصورة غيــر مباشــرة بصمتهم عن كل ما يتعلق بالأمور الجنسية سنوات طــوال، وبــصدهم للصغار حين يثيرون أسئلتهم الساذجة البريئة في مجال الجنس. وهــذا مما ألقى في روع الأبناء منذ الصغر أن كل ماله صلة بالأمور الجنسية يعتبر عيبًا لا يجوز الخوض فيه، وأمر يحسن مــن بــاب الحيــاء أو الواجب البعد عنه بعد المشرقين وهكذا صار من شــأن المهــذبين أن يفضلوا الصمت، ويتحملوا آثاره مهما كانت مزعجــة مؤلمــة، علــى معاناة الحديث، مع أن الحديث يمكن أن يُسهم في علاج المشكلات، بل قد يكون فيه البلسم لجراح نفسية عميقة، وخلاصة الأمر أن ذلك الحياء المسرف ما هو إلا وضع نفسي نشأ ونما وتمكن منا، حتى ليستعــصي علاجه إذا حاولنا العلاج، وذلك نتيجة أوهام وتقاليد بالية ما أنــزل الله بها من سلطان لكننا توارثناها جيلاً بعد جيل، وكأنها دين نستمسك بــه ونلقى الله عليه، وما درينا أننا أسرفنا على أنفسنا، واتبعنــا أهواءنــا، وخالفنا شرع الله الحكيم، وهدي نبينا الكريم وسيرة أصحابه الأطهــار ثانيا: الحياء السوي على هدي الكتاب والسنة نعتقد أن هناك وهمًا كبيرًا قد أحاط بمعنى الحياء نريد مستعينين بالله أن نحاول إزالة هذا الــوهم الذي أدى إلى بناء سد منيع هائل بين المسلم وبين معرفة تقاليد دينه في جانب خطير من حياة كل إنسان رجلاً كان أو امرأة، وهــذا الجانــب

يشمل كل ما له صلة بالأعضاء التناسلية أو بالمتعة الجنسية، حقًا أنه قد ورد عن رسول الله صلى الله عليه وسلم أحاديث عديدة ترفع من شأن الحياء. - فعن أبي هريرة رضي الله عنه عن النبي صلى الله عليه وسلم مر على رجل من الأنصار وهو يعظ أخاه في الحياء فقال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "دعه فإن الحياء من الإيمان" رواه البخاري ومسلم. - وعن عبد الله بن مسعود قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: "إن مما أدرك الناس من كلام النبوة الأولى: إذا لم تستحِ فاصنع ما شئت" رواه البخاري ومسلم. - وعن عمران بن حصين قال: قال النبي صلى الله عليه وسلم: "الحياء لا يأتي إلا بخير"، فقال بشير بن كعب: مكتوب في الحكمة، إن من الحياء وقارًا، وإن من الحياء سكينة فقال له عمران: أحدثك عن رسول الله صلى الله عليه وسلم وتحدثني عن صحيفتك!. رواه البخاري ومسلم. قال الحافظ ابن حجر : قوله: "والحياء شعبة من الإيمان" الحياء في اللغة تغير وانكسار يعتري الإنسان من خوف ما يعاب به، وفي الشرع خلق يبعث على اجتناب القبيح، ويمنع من التقصير في حق ذي الحق، لهذا جاء في الحديث الآخر: "الحياء خير كله" ولكن استعماله وفق الشرع يحتاج إلى اكتساب علم ونية، فهو من الإيمان لهذا، ولكونه باعثًا على فعل الطاعة، وحاجزًا عن فعل المعصية، ولا يقال: رب حياء يمنع عن القول الحق أو فعل الخير، لأن ذلك ليس شرعيًّا". وقال الحافظ أيضًا: "قال عياض وغيره: إنما جعل الحياء من الإيمان وإن كان غريزة، لأن استعماله

على قانون الشرع يحتاج إلى قصد واكتساب علم، وأما كونه خيرًا كله ولا يأتي إلا بخير فأشكل حمله على العموم، لأنه قد يصد صاحبه عن مواجهة من يرتكب المنكرات ويحمله على الإخلال ببعض الحقوق، والجواب أن المراد بالحياء في هذه الأحاديث ما يكون شرعيًّا، والحياء الذي ينشأ عنه الإخلال بالحقوق ليس شرعيًّا بل هو عجز ومهانة. وينبغي أن نتأمل هذا البيان من الحافظ ابن حجر ومن القاضي عياض، وتمييزهما بين الحياء السوي وبين الحياء المريض، أولهما يقول: "ولا يقال رب حياء يمنع عن قول الحق أو فعل الخير، لأن ذلك ليس شرعيًّا" وثانيهما يقول: والحياء الذي ينشأ عنه الإخلال بالحقوق ليس حياء شرعيًّا بل هو عجز ومهانة". ونخلص من هذا الكلام الرصين إلى أن الحياء السوي الذي يجله الإسلام، ويأمر به كل مسلم ومسلمة، هو ذلك الخلق الذي يبعث على اجتناب القبيح من الفعال، وهو غير الحياء الأعوج، والأفضل أن نسميه بالخجل المرضي، حتى يظل لفظ الحياء له جلاله الذي يسبغه عليه الإسلام، ولا يختلط بأوهام خارجة تمامًا عن معناه الشرعي، هذا الخجل المرضي هو الذي يحول بين الفرد رجلاً كان أو امرأة وبين قول الحق في موقف، أو يصرفه عن فعل الخير في موقف آخر، وذلك لأدنى ملابسة عارضة يحيط بها الموقف أو ذاك، كأن يكون هناك حشد كبير أو يكون الفرد حديث عهد بالأشخاص الحضور أو يكون أصغرهم سناً أو مكانة، أو يكون الحضور من الجنس الآخر بعضهم أو كلهم، أو يكون موضوع قول الحق أو عمل

المعروف له علاقة بالجنس الآخر، أو أن يكون الموضوع نفسه له صلة بالثقافة الجنسية أو ما إلى ذلك من ملابسات ضئيلة الشأن في ميزان الحق والواجب. فإذا حدث أي من هذه الملابسات فينبغي أن نسميه ضعفاً عن فعل الواجب، أو جبناً عن قول الحق، وهكذا نسمي الأشياء بأسمائها، ونميز الحياء الشرعي عن الخجل المرضي، ولننظر الآن كيف صحح أنس رضي الله عنه فهم ابنته للحياء الشرعي: – فعن ثابت البناني قال: "كنت عند أنس وعنده ابنة له. قال أنس: جاءت امرأة إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم تعرض عليه نفسها، قالت: يا رسول الله، ألك بي حاجة؟ فقالت بنت أنس: ما أقل حياءها!! واسوأتاه.. واسوأتاه. قال: هي خير منك، رغبت في النبي صلى الله عليه وسلم فعرضت عليه نفسها". رواه البخاري.

ولدينا في القرآن والسنة نماذج ترسم لنا كيف لا يمنع الحياء من قول الحق أو فعل الخير، وإن كان الحق والمعروف لهما صلة بالأمور الجنسية أو بالجنس الآخر، صحيح أنه يمكن أن يحدث داخل النفس نوع من التوتر يصاحب القول أو الفعل، وهذا أمر محمود، وكثيرًا ما يلازم الحياء السوي. نموذج من القرآن عن الحياء السوي: قال تعالى: "فجاءته إحداهما تمشي على استحياء قالت إن أبي يدعوك ليجزيك أجر ما سقيت لنا" سورة القصص الآية: ٢٥. فهنا فتاة تخرج للقاء رجل غريب، ومن الطبيعي بل ومن المحمود أن يصيبها قدر من الحياء، لكن

أن يبلغ بها الحياء درجة تمنعها من الخروج لهذا اللقاء وتحقيق مصلحة واجبة أو مندوبة فهذا هو المرفوض المذموم. نماذج من السنة عن الحياء السوي: - عن عائشة أن أسماء بنت أبي بكر سألت النبي صلى الله عليه وسلم عن غسل المحيض فقال: تأخذ إحداكن ماءها وسدرتها فتطهِّر فتحسن الطهور، ثم يصب على رأسها فتدلكه دلكًا شديدًا حتى تبلغ شئون رأسها ، ثم تصب عليه الماء ثم تأخذ فرصة مُمَسَّكة فتطهِّر بها، فقالت أسماء: وكيف تُطهِّر بها؟ قال: سبحان الله تطهرين بها، فقالت عائشة -كأنها تخفي ذلك- تتبعين أثر الدم، وسألته عن غسل الجنابة فقال: تأخذ ماء فتطهِّر فتحسن الطهور أو تبلغ الطهور، ثم تصب على رأسها فتدلكه حتى تبلغ شئون رأسها ثم تفيض عليها الماء. فقالت عائشة: نعم النساء نساء الأنصار، لم يكن يمنعهن الحياء أن يتفقهن في الدين. رواه البخاري ومسلم وهذه رواية مسلم. وصدقت عائشة أم المؤمنين إذ تصف نساء الأنصار بالحياء، ذاك الحياء السوي الذي لم يمنعهن من قول الحق وعمل المعروف، وهو هنا في صورة طلب العلم والفقه في الدين. لكن لا حرج في أن يستجيب المؤمن لما يصيبه من حياء سوي، فلا يواجه الموقف بنفسه، ويلجأ إلى وسيلة أخرى تحقق المصلحة دون مواجهة، وهذا ما يفعله صحابي جليل: - فعن علي بن أبي طالب قال: "كنت رجلاً مذَّاء فاستحييت أن أسأل رسول الله صلى الله عليه وسلم ( وفي رواية: لمكان ابنته) فأمرت المقداد بن الأسود فسأله فقال: فيه الوضوء. رواه البخاري ومسلم. وفي

رواية عن أبي داود عن علي قال: "كنت رجلاً مذاءً، فجعلت أغتسل حتى تشقق ظهري" وفي رواية لابن حبان: عن المقداد بن الأسود "أن علي بن أبي طالب أمره أن يسأل رسول الله صلى الله عليه وسلم عن الرجل إذا دنا من أهله فخرج منه المذي ماذا عليه؟ فإن عندي ابنته، وأنا استحيي أن أسأله. قال المقداد: فسألت رسول الله صلى الله عليه وسلم فقال: "إذا وجد ذلك أحدكم فلينضح فرجه، وليتوضأ وضوءه للصلاة". ورد في فتح الباري: قال ابن دقيق العيد: كثرة المذي هنا ناشئة عن غلبة الشهوة مع صحة الجسد. وقال الحافظ ابن حجر، في الحديث استعمال الأدب في ترك المواجهة لما يستحيي منه المرء عرفاً، وحسن المعاشرة مع الأصهار، وترك ذكر ما يتعلق بجماع المرأة ونحوه بحضرة أقاربها، وقد تقدم استدلال المصنف (أي البخاري) به في كتاب العلم لمن استحيا فأمر غيره بالسؤال، لأن فيه جمعًا بين المصلحتين: استعمال الحياء وعدم التفريط في معرفة الحكم. ثم إنه أحيانا يلجأ الإنسان صاحب الحياء السوي إلى التخفيف مما يحسه من توتر (أي حياء) وذلك بأن يقدم بين يدي حديثه عن أمر من أمور الجنس –أو يعقب عليه– فيصرح بما يخالجه من حياء وهذه نماذج لهذا السلوك السوي: – عن أم سلمة قالت: جاءت أم سليم إلى رسول الله صلى الله عليه وسلم فقالت: يا رسول الله، إن الله لا يستحي من الحق فهل على المرأة من غسل إذا احتلمت؟ فقال النبي صلى الله عليه وسلم: إذا رأت الماء. فغطت أم سلمة تعني وجهها وقالت: يا رسول الله.. أو

تحتلم المرأة؟ قال: نعم. تربت يمينــك . فــبم يــشبهها ولــدها؟. رواه البخاري ومسلم. وقد أورد البخاري هذا الحديث تحت باب "الحياء في العلم" وقال مجاهد: لا يتعلم العلم مستحٍ ولا مستكبر". عن أبي موســى قال: اختلف في ذلك رهط من المهاجرين والأنصار فقال الأنصار: لا يجب الغسل إلا من الدفق أو من الماء، وقال المهاجرون: بل إذا خالط فقد وجب الغسل، قال أبو موسى: فأنا أشفيكم من ذلك، فقمت فاستأذنت على عائشة فأُذن لي، فقلت لها : يا أماه أو –يا أم المؤمنين إني أريــد أن أسألك عن شيء وإني أستحييك، فقالت: لا تستحيي أن تسألني عما كنت سائلاً عنه أمك التي ولدتك، فإنما أنا أمك، قلــت: فمــا يوجــب الغسل؟ قالت: على الخبير سقطت، قال رســول الله صــلى الله عليــه وسلم: إذا جلس بين شعبها الأربع ومس الختان الختــان، فقــد وجــب الغسل. رواه مسلم. ولننظر هنا كيف يظن رجل أن طلب العلــم مــن امرأة في أمر من الأمور الجنسية، يعتبر من الرفث ، الذي ينبغــي أن ينأى عنه الرجل الحيي، فترد عليه عائشة في صراحة ووضوح، دونما حرج، بأن يدفع ذاك الظن الخاطئ. على أن هناك مجالين لها علاقــة بالأمور الجنسية يفرض الحياء السوي الصمت الكامل فيهما: المجــال الأول: هو مجال أسرار المباشرة الزوجية. والمجال الثاني: هو مجال العبث واللهو والتندر بأمور تتعلق بالمتعة الجنسية، مما يــزيح عنهــا رداء الصون والعفاف ويعرضها للابتذال، هذا فضلاً عما قد يثيره من الـــــــشهوة، لا ســــــيما عنــــــــد غيرالمتــــــــزوجين.

ثالثا: لا حياء في تقديم الثقافة الجنسية المشروعة أو طلبها ينبغـــي أن نكون على ذكر من أن الله سبحانه وتعالى، قد أنزل في كتابة الكـــريم من أمور الجنس شيئا كثيرًا، وفيه شواهد تطبيقية على أن ذكر الأمور الجنسية في مناسبتها لا يتعارض مع الحياء بوجه من الوجـــوه، وقـــد أنزل الله كتابه نورًا لعباده، ويسره لهم ليتلوه جميعا ويتـــدبره الرجـــل والمرأة والشاب والشيخ، فقال تعالى: "ولقد يسرنا القرآن للذكر فهل من مدكر" (سورة القمر الآية: ٤٠) كما ينبغي أن نكون على ذكر أيضا من أنه ورد في السنة عن أبي سعيد الخدري رضي الله عنه قـــال: "كـــان النبي صلى الله عليه وسلم أشد حياء من العذراء فـــي خـــدرها". رواه البخاري ومسلم. ولم يمنع هذا الحياء الجم- بل البالغ أقصى درجـــات الكمال، لم يمنع رسول الله صلى الله عليه وسلم من أن يعلم الناس أمور الجنس، ويستمع إلى أسئلتهم وشكاواهم المتعلقة بالجنس فـــي ســـماحة ويسر، حتى وإن كانت بعض تلك الأسئلة والشكاوي صارخة التعبيـــر. ونؤكد أنه ينبغي أن تكون لنا القدوة الحسنة في آيات كتاب الله العزيـــز وفي سنة رسوله الأمين فنتعلم منهما النهج السوي في الحـــديث عـــن أمور الجنس نهجًا يتسم بسمو في التعبير -مما يتوافـــق مـــع الحيـــاء السوي، كاستعمال الكناية والمجاز، حيث يغنيان عن الحقيقة، والإشارة حيث تغني عن العبارة، والتلميح حيث يغني عن التصريح، والإجمـــال حيث يغني عن التفصيل، على أن الحياء السوي لا يتعارض مع نـــوع من التصريح أحيانا، أو مع شيء من التفصيل أحيانا، حتى يكون البيان

أكمل بيان. وسنعرض هنا مجموعة شواهد تبين كيف عــالج القــرآن الكريمفي أدب كثيرًا من القضايا التي لها علاقة بالأعضاء التناسلية أو بالمتعة الجنسية، فقدم بذلك للمؤمنين والمؤمنات ثقافة جنسية رصــينة، ثم نعرض شواهد أخرى تبين كي تأسَّى رسولنا صلى الله عليه وســلم بالقرآن العظيم، وكذلك صحابته الكرام ثم بعده، فعالجوا جميــع تلــك القضايا في وضوح، وهو على أتم الحياء وأكمله في الوقــت نفــسه، فبدافع من الحياء كانوا يقفون مــن الحــديث عنــد قــدر الحاجــة لا يتجاوزونها، وكانوا يتحرون الجد ويجتنبون الهزل وكــانوا يقــصدون المصلحة لا المفسدة، رائدهم دائما العفــاف والطهــر لا المجــون ولا الفجور. إن أعضاء البدن كله تشمله الطهارة والكرامة ســواء كانــت ضمن الجهاز التنفسي أو الجهاز الهضمي أو الجهاز التناسلي، وكــذلك إعمال الإنسان كلها تشمل الطهارة والكرامة، إذا تمت وفق شــرع الله، سواء أكانت أعمال التجارة، أو أعمال القتــال أو أعمــال المباشــرة الجنسية، لذا كان من الطبيعي أن تذكر أعــضاء التناســل، وأعمــال المباشرة الجنسية، وما يؤدي إليها وما ينتج عنها عندما تأتي المناسبة، كما تذكر أعضاء الأكل والشرب أو أعمال القتال عندما يأتي مناسبتها. وكما أنه لا حرج في ذكر اليدين والفم أو في ذكر الدم والــدمع، فــلا حرج في ذكر السوأتين والفرج أو في ذكر النطفة والمني، وكما أنه لا حرج في ذكر الجوع والظمأ، أو في ذكر أكل الطعام وشرب المــاء، فكذلك لا حرج في ذكر المحيض والطهر وفي ذكر الرفث إلى النــساء

ومس النساء، ما دامت المناسبة مشروعة، والأسلوب راقيًا، والهــدف هـــو مـــصلحة المـــؤمنين والمؤمنـــات فـــي ديـــنهم ودنيـــاهم . تتعدد المواقف التي يجد فيها الزوجان أن لكل منهما رغبات واحتياجات لا تتفق مع ما يريده الآخر..وتواجه الحياة الزوجية أزمات حادة حـــين يصر كل طرف على ما يريد، كما أن فوز طرف وخسارة الآخـــر لا تعني مرور الأزمة بسلام بل فقط تأجيل الانفجار لوقت لاحق لـــشعور طـــــــرف بـــــــالغبن وتجاهـــــــل رغباتـــــــه أو احتياجاتـــــــه.

## طرق الحصول على دواء جديد من أصل نباتي باستعمال المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي

دكتور/ أو فيديو بوجو ر.
رومانيا

لا شأن أن العقاقير النباتية ستظل أحد ثلاثة مصادر رئيسية للمواد الخام الـــتي يمكـــن الحصول منها على الأدوية خلال الألف عام القادمة. وهذه المصادر هي : –

– مواد من أصل خلايا حيوانية أو بشرية.

– مواد من أصل خلايا نباتية.

ـــ مواد مصطنعة (إما بتقليد مركبات موجودة بالفعل أو يبتكرها الإنسان ).

كما لا يجب إغفال المعادن كمصدر ثانوي، خاصة العناصر المنشطة التي تساعد علـــى النمو، وتستخدم العقاقير النباتية الآن في جميع دول العالم بغض النظر عن مدى تقدمها .

إذ إن الاختلاف الوحيد بين هذه الدول هو مدى استخدامها لهذه العقاقير وطريقة هذا الاستخدام، فنجد أن نسبة العقاقير التي تحتوي على مواد طبيعية فعالة تـــصل إلى مـــا يتراوح بين ٣٠% و ٥٠% في الدول المتقدمة، بينما تصل هذه النـــسبة إلى ٨٠% في الدول النامية .

وهناك فرق آخر: فالطب الحديث أو ما يطلق عليه الطب " العلمي " يفـــضل المـــواد الخالصة الفعالة وهي تسمى أيضاً المبادئ الفعالـــة، بينمـــا يفـــضل الطـــب الـــشعبي المستخرجات النباتية، أي مجموع عدة مواد فعالة.

وهذا الفرق هو أيضا نتيجة للأسس التي تقوم عليها المناهج الطبية وهل هذه الأســـس نظرية أم فلسفية.

ونود في البداية أن نشدد على حقيقة نعتبرها في غاية الأهمية: لا يمكن أن نحكم على نظام علاجي معين بالصلاحية أو بالفشل بتطبيق مقاييس نظام علاجي آخر، فإذا فعلنا ذلك، وقعنا في خطأ أساسي، وبمعنى آخر لا يمكن تقويم أي نظام علاجي من حيـــث

كفاءته أو قصوره إذا لم نعرف الأساس النظري الذي يقوم عليه هذا النظام. والسبب الذي يحدونا إلى التشديد على هذه النقطة بالذات هو أن الباحثين في مجال العقاقير في الدول الصناعية يحاولون دائماً وصف خصائص دواء معين، أو علاج شعبي معين بطريقة شخصية ومن جانب واحد باستخدام طرق البحث والتحقق الخاصة بنظام العلاج عندهم.

وما نريد أن نعرضه في هذا البحث هو الطرق الواجب اتباعها للحصول على دواء من أصل نباتي على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي وذلك باستخدام طرق البحث الفنية الحديثة، آخذين المبادئ الأساسية لهذا النوع من الطب في عين الاعتبار.

ولهذا السبب اخترنا مراحل معينة، وركزنا على المفاهيم الأساسية المشتركة بين سائر أنواع المناهج الطبية.

وأرجو أن تصححوا لي ما قد أقع فيه أن أخطاء، وليكن الهدف من أي اقتراح يطرح بهذا الخصوص هو إنجاح هذا المؤتمر الذي يسعى إلى مساعدة المرضى .

ا- مرحلة الأعداد للدواء الجديد :

بصرف النظر عن أوجه الاختلاف بين أنواع الطب، أعتقد أنه لا يوجد خلاف على أن أي دواء جديد لا بد أن يكون أكثر فعالية وأقل ضرراً من الدواء السابق عندما يعطى بجرعات معقولة، ومن المواصفات التي يجب أن تتوفر أيضاً لمثل هذا الدواء الجديد أن يكون قابلاً للإنتاج على نطاق واسع وسهل التناول (بالنسبة للأطفال وكبار السن وللمصابين بأمراض خطيرة). كما يجب أن يتوفر بأسعار من شأنها أن يكون متاحاً لأكبر عدد ممكن من المرضى.

أرجو أن توافقوني عندما أقول إن الأساس الذي يجب أن ترتكز عليه محاولاتنا لإعداد أو تركيب دواء جديد، وتقرير طريقة تناوله والجمع بينه وبين أي أساليب أخرى للعلاج هو الحكمة القائلة: " لا توجد أمراض ولكن يوجد مرضى " ونحن بذلك لا نقصد الإساءة إلي القائمين على أمر صناعة الدواء ورجال أعماله، وإنما نقصد استرعاء أنظار الأطباء إلى ضرورة الاهتمام بكل فرد مريض بصفته الشخصية، وبكل ما يميزه عن غيره من وظائف جسمانية ونفسية على درجة كبيرة من التعقيد.

وستجدون بالشكل التوضيحي الملحق بهذا البحث جميع المراحل الأساسية التي ينبغي اتباعها للحصول على دواء ذي أصل نباتي. ولا أنوي عرض هذه المراحل حسب تسلسلها الزمني، حيث يمكن الاطلاع عليها ودراستها في المجلد الذي سيضم أعمال هذا المؤتمر. ومع ذلك، اسمحوا لي أن أكتفي بعرض الجوانب الرئيسية اللازمة للحصول على دواء نباتي بنوعية جيدة.

أولى هذه المراحل هي استنباط الصيغة الملائمة لاعداد هذا الدواء وحيث إنه دواء يقوم على أساس مبادئ الطب الشعبي، ينبغي على فريق المتخصصين أن يكونوا على بينة تامة من مبادئ نوع الطب الشعبي الذي يعنيهم، سواء كان طبا إسلامياً أو عربياً أو هندياً ( أيور فيديك) أو يونانياً أو صينياً أو سيد هاوياً أو غير ذلك من مناهج الطب القديم.

وينبغي لذلك استخدام جميع مصادر المعلومات التي يمكن التوصل إليها، كالرسائل القديمة والحديثة، والمخطوطات، والمعلومات التي يتم جمعها من الذين يستخدمون العقاقير النباتية في الوقت الحالي أو من هؤلاء الذين يمارسون الطب الشعبي حالياً. وهذا المصدر الأخير بالذات من أصعب المصادر التي يمكن التوصل إليها، حيث تبقى هذه المعلومات سراً تتناقله الأجيال جيلاً بعد جيل.

ويمكن مقارنة هذه المعلومات بما نعرفه عن أصول الطب على ألا تكون لهذه المقارنة أي تأثيرات سلبية .

هذه المرحلة الأولى، إذن، هي ما يمكن أن نسميه البحث الأساسي حسب قواعد البحث العلمي. وهي تعني ضمنياً مرحلة الإبداع والفلسفة والتحليل المنطقي وإيجاد العلاقات والتماس الإلهام .

٢ – المادة الخام :

يمكن الحصول على المادة الخام اللازمة لانتاج دواء جديد ذي أصل نباتي من النباتات أو المستنبتات التي تنمو تلقائياً في الوقت الحاضر.أما في المستقبل فيجب أن يشتمل تخطيطنا على الأنسجة والخلايا المستنبتة في المختبرات.

وفيما يختص بالمادة الخام– أي النباتات الطبية– أود أن ألفت الانتباه إلى ناحيتين هامتين :

١ – إن كمية الموجود حالياً من النباتات التي تنمو تلقائياً محدودة للغاية، خاصة تلك الأنواع التي تستخدم على نطاق واسع. فتجار النباتات الطبية في سعيهم وراء تحقيق الأرباح الطائله بعد شرائها بأبخس الأثمان، لا يهمهم في شيء الحفاظ على المناطق الريفية، وإنما يهمهم فقط استغلال الكميات المتوفرة الآن في مختلف المناطق الجغرافية، حيث تنمو هذه النباتات بأقصى ما يستطيعون. وقلائل جدا هم الذين يفكرون جدياً في حماية أنواع النباتات من الانقراض والحفاظ عليها لأجيال المستقبل. إن النباتات الطبية جزء من نظام بيئي. إذا اختل توازنه بسبب الاستغلال الأهوج كان لذلك عواقب وخيمة على العوامل الأخرى في هذا النظام.

ولقد توصلنا في رومانيا إلى طريقة لتقويم كمي وكيفي لمصادر النباتات الطبية خلال الثلاثين سنة الماضية، واستهدفت هذه الطريقة التي أطلق عليها " التنظيم الاقتصادي للنباتات الطبية التلقائية النمو " حصر الكميات المتوفرة من المادة الخام مع مراعاة المحافظة على توازن البيئة الطبيعية.

ويتم في الوقت الحالي استغلال الثروة النباتية الطبية بطريقة منظمة، بحيث لا يتكرر جمع هذه النباتات من نفس المنطقة إلا بعد مرور بضع سنوات تسمح بأن تسترد الأرض ما فقدته. وإلى جانب ذلك أصبح إجبارياً أن يبذر الحقل ببذور نوع معين من النباتات إذا كانت أوراق هذه النباتات أو جذورها أو جذ موزها (سيقانها الأرضية الشبيهة بالجذور ) قد جمعت بأكملها .

٢ – المستنبتات:

وهي المصدر الثاني للمادة الخام، ولهذه المستنبتات ميزات هامة تتفوق بها على النباتات التي تنمو تلقائياً ، فعملية الاستنبات يمكن أن تبرمج بحيث تتم على سبيل التفضيل بجوار المصنع الذي يجهز المستنبت لأغراض صناعة العقاقير المطلوبة، كما أن المصنع سوف يستخدم لتكاثر هذه المستنبتات مواد أرقى من الناحية الوراثية ومن وجهة نظر الكيمياء النباتية .

ويتصف البحث العلمي في هذه المرحلة بأنه أساسي وتطبيقي. ونعتقد أن زراعة النباتات الطبية والأروماتية (ذات الرائحة العطرة) ، وخاصة في البلاد النامية تمثل خط البداية في تأمين مصدر للحصول على المواد الخام.

وسواء كان التخطيط لطاقة إنتاجية صغيرة أو متوسطة أو كبيرة فإن الحد الأدنى لتأمين مصادر المواد الخام هو عشر سنوات .

٣- توحيد معايير المادة الخام :

من الأمور اللازمة لانتاج دواء نباتي ضمان الحصول على كميات من المادة الخام ذات النوعية الممتازة، على أن يكون تركيبها الكيميائي ثابتاً بقدر الإمكان. وتتوقف نوعية الدواء على توقيت جمع النبات وظروف تجفيفه وتخزينه ومدة فاعليته (أي تاريخ انتهاء صلاحيته) ، كما تتوقف على درجة نقائه ومدى احتوائه على عناصر فعالة إلى غير ذلك من العوامل، والبحث في هذا المجال يعتبر عملياً أكثر منه نظرياً .

وتختلف معايير النوعية من نبات إلى آخر ومن بلد إلى بلد. لذلك يجب أن يحدد المتخصصون المعايير المطلوبة، مع مراعاة النواحي الاقتصادية أيضاً .

إن توحيد معايير المادة الخام ضروري من أجل ضمان التوصل إلى دواء يمكن إنتاجه بمواصفات ثابتة .

٤ – التكنولوجيا الدوائية اللازمة لصناعة دواء نباتي جديد:
الطرق المعتادة لتناول العقاقير النباتية هي إما غليها في الماء لاستخلاص موادها الفعالة، أو نقعها في ماء ساخن، أو صنع مراهم منها. وكل العقاقير التي تعالج بهذه الطرق تحتوي على مجموعات من العناصر الفعالة لا على مواد خالصة.

وهناك عدد كبير من العقاقير النباتية يمكن تناولها كما هي، ومنها النباتات التي تحتوي على شبه القلويات والجلوكوسيد والصابونين وحامض التنيك والانثوسيانين

والفيتامينات والزيوت المركزة وعناصر فعالة أخرى. وتتراوح الجرعات اليومية المطلوبة منها لتأمين العلاج ما بين جرام واحد وأربعة جرامات .

ولقد أثبتت الأبحاث التي قمنا بإجرائها أو التي أجراها غيرنا من الباحثين أنه عند تناول هذه النباتات على شكل مسحوق فإن موادها الفعالة تذهب مباشرة إلى العصير المعدي، حيث إن قدرة المعدة والأمعاء على الامتصاص في هذه الحالة تفوق قدرتهما على امتصاص منقوع النبات أو المستخلص منه بالإغلاء، نظراً لأن المسحوق ينتشر على مساحة أوسع. ومن جهة أخرى، يتميز المسحوق بأنه يحتفظ بمجموعة من المواد الفعالة تفسرها الحرارة أو المذيبات العضوية فيما إذا تم اغلاء النبات أو نقعه في ماء ساخن .

والطريقة التي نراها ملائمة لصناعة العقاقير التي تعتمد على هذه المجموعة من النباتات هي أن تكون على شكل أقراص تصنع مباشرة من النبات بعد سحقه .

وتتلخص كل التكنولوجيا المطلوبة لصناعة مثل هذه العقاقير في تحويل النبات إلى مسحوق ناعم جداً، ثم توزن المكونات وتضاف إليها مقادير ضئيلة من العناصر المنشطة أو أي مقومات أخرى إذا لزم الأمر .

ثم يصنع من كل ذلك خليط متجانس، ثم يبرغل ويعقم بالتبريد، ثم تصنع منه الأقراص، ويمكن أن نستغني بهذه الطريقة البسيطة عن استخدام المستخرجات الكحولية في البلاد التي تحرم المشروبات الكحولية لأسباب دينية (وهو ما يجب أخذه في الاعتبار) .

وليس هذا سوي مثال واحد لصناعة دواء نباتي جديد على نطاق ضيق لا يتطلب من الأيدي العاملة سوى عدد محدود يتراوح ما بين عشرة إلى خمسين عاملاً يعملون بتكنولوجيا ومعدات بسيطة، ولا يلزم لهذه الصناعة سوى الحد الأدنى من الاستثمار .

وتتصف الأبحاث في هذه المرحلة بأنها تسعى إلى إدخال التعديلات وممارسة التطبيق العملي .

وقد تختلف النظم الطبية فرب طريقة تقويم كل منها لمفعول الأدوية، إلا أن هناك خطوات أساسية مشتركة لا بد لكل نظام أن يقيم عليها هذا التقويم، وهي التأكد من خلو الدواء من المواد السامة، ودراسة ما قد يكون له من آثار ينجم عنها تشوهات خلقية، والتأكد من خلوه من البكتريا الضارة، وتنطوي الخطوتان الأولى والثانية على طرق معقدة، لذلك يجب أن يقوم بتنفيذهما شخص متخصص (عالم أحياء ميكروبية ) .

ولا بد من الفحص الميكروبي خاصة بالنسبة للعقاقير التي تصنع مباشرة من المادة الخام التي قد تحتوي على جراثيم مسببة للأمراض، كالبكتريا والفطريات والطفيليات وذلك لعدم مراعاة النواحي الصحية أثناء جمع النباتات وحفظها.

ولا يجب إطلاقاً استخدام أي أنواع من المبيدات لرش النباتات الطبية، سواء كانت ضد الأعشاب أو الفطريات أو الحشرات، لأن هذه المبيدات تصنع من مواد شديدة الخطورة على صحة الإنسان .

وتبين الأمثلة القليلة التي أوردناها هنا كيفية الحصول على دواء جديد ذي أصل نباتي على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي، وليس هناك من جديد سوى التكنولوجيا وشكل الجرعات، أي الشكل الذي يقدم به الدواء، وهذا هو مغزى كلمات السيد ر. هـ. با نرمان، مدير برامج الطب الشعبي بمنظمة الصحة العالمية، عندما قال: " ينبغي لذلك الجمع بين العبقرية المحلية والتكنولوجيا العلمية الحديثة " .

٥ – النـــــــــــــــــــــــــــواحي التنظيميـــــــــــــــــــــــــــــــــة : –

توجد في معظم البلاد ما يسمى بلجنة الأدوية أو ما يشابهها من الهيئات التي تتبع وزارة الصحة، وفي رومانيا على سبيل المثال تضم هذه اللجنة صيادلة وأطباء يمثلـــون ســـائر التخصصات الطبية. وتتولى هذه اللجنة مسئولية بحث ودراسة المقترحات المقدمة لإنتاج أدوية جديدة. فإذا كانت النتائج الأولية لهذه الدراسات مرضية أرسلت اللجنة موافقتها المبدئية التي تسمح للمنتج أن يبدأ في إنتاج عينات من هذا الدواء الجديد وإرســـاله إلى اللجنة التي تجري عليها بالتالي الفحوص والتجارب، الإكلينيكية اللازمة قبل إرســـال موافقتها النهائية على البدء في الإنتاج على نطاق تجاري واسع. ويتم تسجيل الـــدواء الجديد، ويبدأ في التزول إلى الأسواق بعد الاستقرار على نوع التعبئة، ووضع النـــشرة الداخلية في كل عبوة. ومع ذلك، فليست هذه هي المرحلة النهائية من عملية طرح دواء جديد في الأسواق، إذ يجب أن يسبق ذلك تعريف الجمهور بالمنتج الجديد، على أن تتبع الجهود المبذولة في الإعلان عن الدواء الجديد وتسويقه أسلوباً كريماً لائقـــاً، يهـــدف أساساً إلى إقناع الجمهور بفوائده وخصائصه لا إلى مجرد الترويج التجاري. فـــنحن لا نعتبر الدواء سلعة تجارية يقصد من ورائها الربح بقدر ما هو وسيلة للتخفيف من معاناة جمهور المرضى ومساعدتهم على الشفاء من أمراضهم.

٦ – النواحي الاقتصادية:

منذ أربعة عشرة عاماً، تمخض مؤتمر" خبراء الصناعات الصغيرة في الدول العربية " الذي عقد في بيروت في نوفمبر سنة ١٩٦٨ عن عدة توصيات بشأن السياسات والـــبرامج الضرورية لتطوير الصناعات الصغيرة، والانتقال من مرحلة الحرف والصناعات اليدوية إلى مرحلة الصناعة الحديثة .

وقد نادت هذه التوصيات بضرورة التعاون الدولي والإقليمي في تنفيذ هذه البرامج، إلا أنه لم يتم إحراز أي تقدم ملموس في مجال تصنيع النباتات الطبية وإنتاج أدوية جديدة ذات أصل نباتي .

وقد اتفقت الآراء في ذلك المؤتمر بصفة عامة على أن القطاع الشعبي في الدول العربية بالشرقين الأدنى والأوسط هو القطاع الذي يمثل الأغلبية العظمى بين سائر المؤسسات الصناعية .

وفي الدول النامية نجد أن قطاع الصناعات الصغيرة يتألف من مؤسسات يتراوح عدد الأيدي العاملة في الواحدة منها ما بين خمسة إلى خمسين فرداً. وما نعنيه بالصناعات الصغيرة يشمل تلك الصناعات التي تستخدم التكنولوجيا الحديثة، ولكنها تعمل برأس مال ثابت متواضع وتوظف عدداً قليلاً من الأيدي العاملة. ويبين ذلك أيضاً أن الصناعات الصغيرة في الدول النامية تقتصر على المشروعات التجارية الفردية، لذلك ينبغي مراعاة هذه النواحي العامة في عملية إنشاء صناعات دوائية نباتية على أساس المعلومات المتوفرة من الطب الشعبي .

وأختم حديثي الآن بالتأكيد على نقطة هامة. إننا عندما ننتج دواء بناء على خبرة ألف سنة من الطب الشعبي أعتقد أن مثل هذا الدواء يجب أن يكون في متناول أيدي أكبر عدد ممكن من الأفراد. وفي رأيي أن الدواء والطب لا يجب أن يقفا عند حدود دولة معينة ، أو أن تحتكرهما جماعة معينة، أو بلد معين، كما لا يجب أن يكونا وسيلة للربح التجاري الجشع. ولو كان الأمر بيدي لأمرت بإنتاج الدواء دون حاجة إلى إصدار ترخيص بذلك. فالدواء وكل ما توصل إليه العلم في مجال صناعته يجب أن يكون ثروة

مشتركة بين الناس جميعاً، خاصة وأن ٧٥% من سكان العالم ما زالوا يعانون من نقص الخدمات الطبية، كما كان الحال تقريباً منذ آلاف السنين .

وأعتقد أن من واجب الدول المتقدمة والهيئات والمنظمات الدولية أن تحاول الارتقاء بمستوى الطب الشعبي على أسس علمية جدبدة، فعمل الخير يقتضي منا أن نخفف عن آلام البشر الجسمانية أو النفسية، وأن نضع حداً لسوء التغذية والفقر المدقع الذي يعاني منه الناس .

إن لكل شعوب العالم مهما كان حجمها أو درجة قوتها وتقدمها نفس ما لغيرها من حقوق الحياة والحرية والصحة. وعندما تتحقق هذه الأماني لن يظل شعار " الصحة للجميع في عام ٢٠٠٠ " مجرد مثل أعلى نحلم به بل سيتحول إلى حقيقة واقعة.

" المراجع موجودة بالبحث المنشور باللغة الإنجليزية .

# العلاج بالأعشاب الطبية

لقد كان الإنسان الأول يلتمس البرء والشفاء في الأعشاب ، وكان جل اعتماده على الحدس والتخمين والتجربة والخطأ، فإما شفاء وإما فناء.

ثم علم الله سبحانه وتعالى الإنسان ما لم يعلم، فكان للقدماء المصريين وللعرب أكبر جولة عرفها التاريخ في ميدان النباتات الطبية.

ولايسمح المجال بسرد تاريخ استعمال هذه الأعشاب في العلاج، ولكن لا يمكن أن أمضي في حديثي عنها دون تحية لمراكب حتشبسوت التي جابت الأرض بحثا عن هذه الثروة، وتحية لعهد الرشيد وهو عهد التأليف والتجديد، يوم أسست دار الحكمة، وترجمت المصنفات اليونانية والسريانية والفارسية والهندية وتحية للطبري صاحب فردوس الحكمة، والرازي الذي درس الطب اليوناني دراسة متعمقة وله مؤلفاته في الطب الإكلينيكي ومن أشهر تلاميذه علي بن العباسي (توفى ٩٤٤ م) وله مؤلفات في الطب تتميز بأنها أوضح من كتب ابقراط وأقل إطنابا من كتب جالينوس.

وتحية لابن سينا الذي تميز عن من سواه بما لم يتميز به غيره، فقد كان أول من مزج الطب بالفلسفة في بوتقة واحدة، فكان في طبه فلسفة، ولفلسفته طب، وبذلك كان يفضل على الأطباء بأنه كان فيلسوفا ممتازا، ويفضل على الفلاسفة بأنه كان طبيباً ممتازا.

وأخيرا وليس آخرا تحية لابن البيطار وداود الإنطاكي اللذين لهما مراجع وصفت أكثر من ثلاثة آلاف عشب طبي وصفا دقيقا منها حوالي ١٢٠٠ صنف لم يسبق لغيرهما وصفها، ومما يجدر ذكره وتسجيله أن اسم داود الإنطاكي وابن البيطار يرد تقريباً، في كل رسالة من رسالات الماجستير والدكتوراه في العقاقير كمرجع له قيمته العلمية.

وأستطيع أن أقول إن العرب أماطوا اللثام عن كثير من أسرار هذه الأعشاب الطبية، وبذلك تهاوت أعمدة الغموض والحدس والتخمين لتحل محلها حقائق العلوم والتكنولوجيا الحديثة.

ومنذ أن اكتشف المجهر إلى اليوم ونحن نتعلم الجديد عن هذه النباتات وعما تحويه من جواهر وعناصر فعالة ويكفي أن أشير إلى أن أحد العلماء العالميين قال في مقدمة أحد

أبحاثه عن النباتات الطبية " لو أن هناك علاجا فعالا للسرطان بأنواعه سيكون مركبـا كامنا في نبات أو في كائن حي من الأحياء الدقيقة "يعني (الفطريات).

ونعيش اليوم صحوة عالمية تتجه شطر الأعشاب الطبية فقد شكلت لجنة بمنظمة الصحة العالمية من خبراء في هذا المجال لدراسة مستقبل هذه الأعشاب في الطب العلاجي (وأنا أشرف أن أكون عضوا بهذه اللجنة).

واهتمام منظمة الصحة العالمية نبع من واقع وليس من تكهن، ذلك بعد ما أثبتته الأبحاث العلمية من أن كثيرا من هذه الأعشاب تحوي مركبات علاجية هامة وكثيرا ما يصعب أو يستحيل محاكاتها أو تركيبها معمليا. هذا بالإضافة إلى أن كـثيرا مـن المركبـات العلاجية المركبة معمليا ما يثبت أن لها تأثيرات جانبية قد تصل إلى حد الخطورة.

وفي الولايات، المتحدة يوجد مراكز أبحاث كثيرة تهتم بجمع المعلومـات عـن هـذه الأعشاب وتوفد علماءها إلى كثير من الدول الأفريقية لإجراء عمليات مسح للنباتات الطبية التي تنمو في هذه البقاع لدراستها وفصل عناصرها الفعالة.

ومرة أخرى- ومن سبيل التحدث بنعمة الله- أقول إن الله سبحانه وتعالى قد من على الشرق العربي بمملكة نباتية ربما لا مثيل لها في العالم وبيئة تشكل تباينا يلائم جميع أنواع وفصائل النباتات، فامتداد الوطن العربي من حوض البحر الأبيض المعتـدل المنـاخ إلى حدود جنوبية حارة المناخ (السودان) إلى حدود شمالية شرقية باردة المناخ يعتبر تكاملا فسيولوجيا طبيعيا لا يتوفر في كثير من دول العالم.

والآن أسوق، بعض الأمثلة من الأعشاب الطبية التي كانت منذ عشر إلى عشرين سنة ينظر إليها على أنها أعشاب برية لا قيمة لها وأثبتت الأبحاث احتواءها علـى عناصـر

علاجية هامة، تم تصنيعها وإنتاجها كمستحضرات علاجية في السوق الدوائي المحلـــي والعالمي.

(١) الدمسيسة Ambrosia maritima

وصفها ابن البيطار وصفا دقيقا وذكر أن مغلي هذا العشب يفيد في الآلام المعدية المصحوبة بالتقلص. وقد تمكنا في كلية الصيدلة بجامعة القاهرة وعلى مدى خمسة عشر عاما من فصل أكثر من أربعة مركبات، وتعرفنا على صفاقما الفيزيائية والكيميائية والتركيب الكيميائي وتأثيرها على أجهزة الجسم المختلفة وعلى الجرعة الفعالة، وتبين أن لها تأثيراً رخوياً على العضلات وهي الآن تستعمل في علاج المغص الكلوي وتم تصنيعها في أحد مصانع الأدوية في مصر (تستعمل على هيئة حبوب وشايات) .

(٢)١لخلة:

(١) الخلة البلدي Ammi visnaga

ورد وصفها في كتب ابن سينا وابن البيطار وذكر كلاهما أن مرارقما شديدة ولها فائدة كبيرة في علاج المغص الشديد.

أثبت المرحوم أ. د. إبراهيم رجب فهمي وتلاميذه في كلية الصيدلة جامعـــة القـــاهرة (١٩٤٢) احتواء ثمار هذا النبات على مركبات مرة تم فصلها والتعرف على تركيبـــها الكيميائي وأطلق على العنصر الفعال اسم خلين.

وأثبتت التجارب الإكلينيكية التي قام بها المرحوم أ. د. محمد قناوي وآخرون (١٩٤٥) بكلية الطب أن هذا المركب يفيد في علاج الذبحة الصدرية والمغص الكلوي والربو وتم تصنيعه في إحدى شركات الأدوية في مصر ويستعمل كحقن وريدية في حالات المغص الكلوي الحاد، وعلى هيئة حبوب في علاج الذبحة الصدرية والربو الشعبي.

ومازال مركب الخلين ومشتقاته إلى الآن في أكثر من دولة من دول العـــالم الـــشرقي والغربي.

(ب) الخلة الشيطاني Ammi majus
ظل هذا الشعب زمنا طويلا مهملا كمصدر علاجي، وينظر إليه أو يعتبره علماء العقاقير جنسا من جنس نبات الخلة الذي ينمو بريا في كثير من المناطق في الوطن العربي.

ومنذ أكثر، من نصف قرن اهتم العالم إبراهيم رجب فهمي بما ورد في كتاب مفردات ابن البيطار عن هذا النبات وهو أن منقوعه في الليمون وزيت السمسم يفيد في عـــلاج الأمراض الجلدية المصحوبة ببقع بيضاء (تبين بعد ذلك أن المرض المقصود بهذا الوصف هو مرض " البهاق Leucoderma وفي عام ١٩٤٩ تمكـــن العـــالم المـــصري وتلاميذه من فصل عدة مركبات تابعة لمجموعة (الكومارين) أطلق على أهمها مركـــب أمويدين، وأميدين.

ثم أثبتت التجارب الإكلينيكية التي قام بها المرحوم أ. د. عبد العزيز الجمال ومن بعده أ. د. عبد المنعم المفتي (قسم الأمراض الجلدية بكلية الطب) أن المركبات المذكورة تعالج مرض البهاق بنجاح كبير.

وقد قام عالم بريطاني بدراسة ميكانيكية الفعالية لهذه المركبـــات mechanism of action، واستنتج أن مركب amoidin يتفاعل مع الأشعة فوق البنفسجية تفاعلا كيماضوئيا reaction photochemicalبحيث ينتج منـــه مركـــب جديد ينتج عنه تكوين المادة الملونة للجلد في المناطق المصابة واستعمل الباحثون في هذا البحث مركبات أمويدين مشع radioactive .

ويفسر هذا البحث ما أشار إليه ابن البيطار بضرورة تعريض الجزء المصاب بالبهاق إلى أشعة الشمس بعد دهانه بالمنقوع.

(٣) الصبار: vera Aloe

ربما لا يخلو كتاب أو مرجع من المراجع العربية القديمة من وصف هذا النبات وأنه يفيد في أمراض الجلد والمعدة.

وقد أثبتت الأبحاث الحديثة في أكثر من جامعات مصر والعالم العربي أن العصارة التي بأوراق هذا النبات تحتوي على مركبات فينولية من مجموعة " الكينون " anthra quinones تفيد وتساعد على التئام قرح المعدة وقرح القرنية.

ولقد تم فصل هذه المركبات على هيئة نقية من عصارة الأوراق كما تم تصنيعها على هيئة مراهم للجلد والعين وحبوب تستعمل في علاج قرحة المعدة.

(٤) العرقسوس: Glycerhyza glabra

لقد عرف القدماء المصريون والرومان والعرب هذا النبات وورد وصفه في كثير من المراجع القديمة، وأن منقوعه المخمر يفيد في حالات القيء والتهيج المعدي.

وفي عام (١٩٥٥- ١٩٦٠) تم فصل مركب سيترويدي أطلق عليه اسم حمض الجلسرهيزيك glycerrhysic acid من جذور نبات العرقسوس وقد تبين أن هذا الحمض يشبه في بنيته الكيميائية مركب الكورتيزون المعروف إلا أنه يتميز عنه بخلوه تماما من الآثار الجانبية المعروفة عند التداوي بالكورتيزون خصوصا لمدة طويلة.

ويستعمل الآن العرقسوس لتحضير مستحضرات صيدلية مختلفة تفيد في علاج قرحة المعدة، القيء الذي يصاحب الحمل، الحموضة المعدية، وقد أعطت هذه المستحضرات نتائج مشجعة جدا وتجرى الآن دراسات جدية لزراعة نبات العرقسوس وفصل حمض الجلسرهيزيك وتصنيعه دوائيا.

(٥) حبة البركة Nigella sativa

ووصفها ابن البيطار والرازي وذكرا أنها تفيد في علاج بعض الأمراض الصدرية. تمكن المرحوم أ. د. زكريا فؤاد أحمد (١٩٤٩) وتلاميذه في المركز القومي للبحوث من فصل مركب أطلق عليه اسم Nigellone من الزيت الدهني ببذور هذا النبات والذي يفيد في التهابات الرئة والربو ويستعمل على هيئة نقط.

(٦) الحنة: Lausonia

وصفها القدماء المصريون والعرب وذكروا أن عجينتها المخمرة تفيد في علاج الأمراض الجلدية المزمنة، وتم أخيرا فصل أكثر من خمسة مركبات (١٩٥٥- ١٩٦٠) تبين أن لبعضها صفات المضادات الحيوية، وأنها تفيد في علاج مرض التينيا المعروف.

(٧) نبات حلف البر Cymbopogon proximus

وهو نبات معمر ينمو في المناطق الجبلية وفي صحراء مصر وعلى شواطئ البحر الأحمر.

ويستعمله البدو في الصحراء على هيئة مغلى في أمراض الكلى والمسالك البولية وقد تم دراسة عناصره الفعاله في كان من كلية الطب، والمركز القومي للبحوث في مصر، وفصل منه مركب تربيني من مجموعة sesquiterpine (فصلت من الزيت العطري ، وأطلق عليها اسم proximol. وقد تم دراسة تأثير هذا المركب على الجسم وتبين أن له تأثيراً رخوياً على العضلات وخصوصا الحالب، مما جعله مفيدا في

حالات المغص الكلوي وحصوة الكلى. ويتميز هذا المركب بأنه آمن وليس له تأثيرات جانبية في حدود الجرعة الطبية المعالجة حتى لو استمر العلاج مدة طويلة نسبيا. وقد تم تصنيعه في إحدى شركات الأدوية المصرية.

وأود أن أؤكد أن ما أوردته من أمثلة لنباتات طبية تستعمل في علاج بعض الأمراض ليس على الأطلاق حصرا جامعا لما يمكن استعماله من هذه الأعشاب في مجال العلاج، وإنما هو على سبيل الاختيار من قائمة طويلة تزخر بها مراجع العقاقير النباتية والتي تم تصنيعها بالفعل. هذا بالإضافة إلى أن نجاح العلاج بهذه الأعشاب التي سقتها على سبيل المثال لا الحصر، يضع أمامنا سؤالا على جانب كبير من الأهمية وهو:

ما هو مستقبل العلاج بهذه الأعشاب ؟ والى أي مدى يجدر بعلماء العقاقير أن يولوا أبحاثهم شطر الكشف عن الصفات العلاجية لمحتويات هذه الأعشاب؟

إذ تبين وبصفة قاطعة أن كثيرا من هذه الأعشاب تحتوي على مركبات علاجية لم تكن معروفة وليس لها بديل في المركبات المركبة معمليا.. وثمة ميزة أخرى وعلى جانب كبير من الأهمية هي أن المركبات التي من أصل طبيعي تتميز بأنها آمنة وخالية في معظم الحالات من الآثار الجانبية.

وثمة هدف آخر يدعونا، بل ويملي علينا الاهتمام بدراسة هذه الأعشاب والتعرف على مكوناتها الفعالة هو أن كثيرا منها يمكن أن يفصل مركبات تعتبر خامات أولية تصلح أن تكون خطوة أولى في تحضير مركبات علاجية ذات أهمية طبية كبيرة، وبذلك نوفر الجهد والوقت مثل تحضير مركب الكورتيزون من السولاسيدين (المفصول من نبات السولانم) وتحضير الهرمونات الجنسية من المركبات الصابونية الموجودة في كثير من

الأعشاب، وتحضير فيتامين "أ" من الدهيد الــسترال والــسترونيلال citral and citronellal.

أخلص من هذا العرض السريع إلى أن الأعشاب الطبية تستحق اهتماما كبيرا من علماء الجيل الحالي وبصفة خاصة من دول العالم العربي ومن أجل ذلك أضع أمام حضراتكم التوصيات الآتية:

– إنشاء معهد متخصص للنباتات الطبية تكون أهدافه ما يلي:

(١) إجراء مسح شامل للنباتات الطبية التي تنمو في الوطن العربي.

(٢) توصيف النباتات الطبية وحفظ نماذج منها للرجوع إليها وإنشاء معشبة خاصة لذلك.

(٣) دراسة هذه النباتات عقاقيريا وأقرابازينيا ومعرفة منافعها واستعمالاتها الشعبية والعلاجية.

(٤) جدولة ما يثبت فعاليته وأمنه وتوفيره ووضع ثوابت علمية لكل عقار بحيث يكون قاعدة أو نقطة بداية لدستور أدوية للنباتات الطبية.

(٥) دراسة تصنيع العقاقير الناتجة من النباتات الطبية التي ثبتت فعاليتها.

(٦) العمل على إيجاد قنوات علمية بين الهيئات العلمية المهتمة بدراسة النباتات الطبية لتبادل الخبرة والمعلومات.

ويتطلب هذا العمل أن يتضمن هذا المعهد فريق بحث على أعلى مستوى مــن الخــبرة ويمكن أن يشمل الأقسام أو الشعب الآتية:

(١) قسم العقاقير وكيمياء النباتات الطبية.

(٢) قسم الدراسات الزراعية للنباتات الطبية.

(٣) قسم الأقراباذين (الأدوية).

(٤) قسم الصيدلة الصناعية وتشمل التكنولوجيا الصيدلية وتطبيقاتها.

( ٥ )قسم التسويق.

(٦) مكتبة تضم أحدث المراجع والطرق المكتبية.

وختاما أكرر ما سبق أن قلته في مؤتمر النباتات الطبية الدولي في جنيف ١٩٧٦ والذي نظمته منظمة الصحة العالمية.

وهو "لنتقدم إلى الأمام في الاتجاه الخلفي "... عودة إلى الأعشاب الطبية والمنتجات الطبيعية ففيها العلاج والأمن والاقتصاد الدوائي.
والله ولي التوفيق،،،

## قبسات من الطب النبوي العلاجي

### الدكتور حسان شمسي باشا

الطب النبوي مجموع ما ثبت وروده عن النبي صلى الله عليه وسلم مما له علاقة بالطب ، سواء كان آيات قرآنية أو أحاديث نبوية شريفة ، ويتضمن وصفات داوى بها النبي صلى الله عليه وسلم بعض أصحابه ممن سأله الشفاء ، أو أنه دعا إلى التداوي بها ، كما يتضمن توصيات تتعلق بصحة الإنسان في أحوال حياته من مأكل ومشرب ومسكن ومنكح ، وتشمل تشريعات تتصل

بأمور التداوي وأدب الطب في ممارسة المهنة وضـــمان المتطبـــب في منظـــار الشريعة الإسلامية .

وقد أفرد جميع علماء الحديث في كتبهم التي جمعوها من كلام النبوة أبوابـــا خاصة تحت اسم " باب الطب " ، وكان البادئ منهم في ذلك الإمام مالـــك في موطئه ، وتبعه في ذلك البخاري فمسلم فأصحاب السنن وغيرهم .

وأول مصنف مستقل عرف لدى المؤرخين في مجال الطب النبوي هي رســـالة موجزة للإمام علي الرضا بن موسى الكاظم ( المتوفى عام ٢٠٣ هـــ - ٨١١ م ) ، وقد حققها ونشرها الأخ الأستاذ الدكتور محمد علي البار . ثم ظهـــر كتاب " الطب النبوي " لعبد الملك بن حبيب الأندلسي ( المتوفى عـــام ٢٣٨ هـــ - ٨٥٣ م ) وكان فقيها محدثا لقب بعالم الأندلس ، وهو أول كتاب في الطب النبوي يذكر فيه الأحاديث والأبواب . وقد حقق الكتاب مع تذييلـــه بحاشية قيمة علمية الأخ الصديق الدكتور محمد علي البار .

ويعتبر الموفق عبد اللطيف البغدادي ( المتوفى عام ٦٢٩ هـــــ - ١٢٣١ م ) أول طبيب قام بشرح طبي لأحاديث الطب النبوي . وكان طبيبا فقيها ونحويا وفيلسوفا ، ومن مؤلفاته

" الطب من الكتاب والسنة " الذي حققه الدكتور عبد المعطي قلعجي .

وألف علماء آخرون كتبا في الطب النبوي ومنهم ابن السني ، وأبـــو نعـــيم الأصبهاني ، والتيفاشي ، والكمال بن طرخان ، والإمام الذهبي وغيرهم .

أما الإمام ابن قيم الجوزية فكان من كبار علماء دمشق ، ويعتـــبر كتابـــه " الطب النبوي " أشهر الكتب المصنفة في هذا الفن .

ويعتبر كتاب الإمام جلال الدين السيوطي المتوفى سنة ٩١١ " المنهج السوي والمنهل الروي في الطب النبوي " من أجمع كتب الطب النبوي ، لأنه حـــوى معظم ما كتبه السابقون عليه بالإضافة إلى توسعه في علم الحديث .

***" تداووا عبـــاد الله " :***

حديث صحيح رواه الأربعة .فعن أسامة بن شريك عن النبي صلى الله عليـــه وسلم أنه قال:

" تداووا يا عباد الله ، فإن الله لم يضع داء إلا وضع له شفاء ، إلا داء واحدا ، الهرم "

وروى البخاري أن النبي صلى الله عليه وسلم قال :

" ما أنزل الله داء إلا أنزل له شفاء "

وروى مسلم أن النبي صلى الله عليه وسلم قال :

" لكل داء دواء ، فإذا أصيب دواء الداء برئ بإذن الله تعالى "

وعن أبي سعيد الخدري أن رسول الله صلى الله عليه وسلم قال :

" ما خلق الله من داء إلا وجعل له شفاء،علمه من علمه،وجهله من جهله ، إلا السام "

والسام الموت رواه ابن ماجه

وفي هذه الأحاديث حث على المداواة . وأن الأدوية ما هي إلا وسائل جعلها الله طريقا للشفاء . وفي قوله صلى الله عليه وسلم : " علمه من علمه ، وجهله من جهله " حث للأطباء المسلمين على البحث والاستقصاء لاكتشاف أدوية لأمراض لم يعرف لها بعد دواء. وقد ربط النبي صلى الله عليه وسلم الشفاء بموافقة الدواء للداء ، فلكل دواء مقدار معين يعمل به ، وينبغي ألا يزيد ولا ينقص .

وتعاليم الإسلام كلها تدفع إلى المحافظة على الصحة والارتقاء بها في كافة المجالات ليعيش الإنسان حياة سعيدة طيبة في الدنيا والآخرة .

وإذا كان الإسلام قد أوجب المحافظة على الضرورات الخمس وهي :

الدين والنفس والعرض والمال والعقل ، فإن ثلاثا من هذه الضرورات تتصل بوجوب المحافظة على صحة البدن ، ألا وهي النفس والعرض والعقل . والطب يحفظ البدن ويدفع عنه غوائل المرض . يقول الإمام الشافعي : " صنعتان لا غنى للناس عنهما : العلماء لأديانهم والأطباء لأبدانهم " . ويقول أيضا : " لا أعلم علما بعد الحلال والحرام أنبل من الطب " .

وقد تداوى رسول الله صلى الله عليه وسلم ، وتداوى آل بيته الكرام ، وزوجاته الطاهرات ، وأصحابه المبجلين رضوان الله عليهم أجمعين . ونصح أمته بكثير من أنواع العلاج الذي كان معهودا في زمنه والذي ثبتت فوائده على مر الأيام . ومنه العسل الذي جعل الله فيه شفاء للناس . قال تعالى : " وأوحى ربك إلى النحل أن اتخذي من الجبال بيوتا ومن الشجر ومما يعرشون

ثم كلي من كل الثمرات فاسلكي سبل ربك ذللا يخرج من بطونها شراب مختلف ألوانه فيه شفاء للناس إن في ذلك لآية لقوم يتفكرون " النحل ٦٨-٦٩

وقد جمعت في كتابي " الاستشفاء بالعسل والغذاء الملكي : حقائق وبراهين " العديد من الأبحاث العلمية الموثوقة التي توضح فوائد العسل الاستشفائية في معالجة أمراض الجهاز الهضمي والربو ومداواة القروح والجروح التي لا تلتئم وغيرها من الأمراض .

وتداوى رسول الله صلى الله عليه وسلم بالحبة السوداء ، وحث على التداوي بها :

" عليكم بالحبة السوداء ، فإن فيها شفاء من كل داء "

وقد ظهرت في السنوات الأخيرة أبحاث علمية تتحدث عن فوائد الحبة السوداء في تقوية جهاز المناعة ، وخواصها المضادة للجراثيم والسرطان ، وتخفيف التهابات المفاصل وغيرها. وقد جمعت ذلك كله في كتابي " الشفاء بالحبة السوداء " .

وأوصى رسول الله صلى الله عليه وسلم باستعمال زيت الزيتون فقال :

" كلوا الزيت وادهنوا به فإنه من شجرة مباركة "

وأكدت الدراسات الحديثة أن زيت الزيتون هو أفضل أنواع الزيوت ، وأنه يخفض مستوى الكولسترول في الدم ، كما يفيد في الوقاية من مرض شرايين القلب ، ويخفض ضغط الدم المرتفع .

وقال رسول الله صلى الله عليه وسلم مخاطبا علي بن أبي طالب :

" كل الثوم .. فلولا أني أناجي الملك لأكلته "

وقد أثبتت الدراسات العلمية فوائد الثوم في خفض كولسترول الدم ، والوقاية من مرض شرايين القلب التاجية وخفض ضغط الدم . هذا إضافة إلى تأثيراته المضادة للجراثيم والفطور وغيرها .

ولفت الله تعالى النظر إلى نعمة وجود السمك فقال :

" وهو الذي سخر البحر لتأكلوا منه لحما طريا "

وقال عليه الصلاة والسلام من حديث رواه البخاري :

" أما أول طعام أهل الجنة فزيادة كبد الحوت "

وما زيت السمك الذي يتحدث عنه خبراء الصحة إلا من كبـــد الحـــوت . وتوصي الهيئات الطبية الأمريكية والأوروبية الآن بتناول وجبتين من الـــسمك في الأسبوع لوقاية القلب من حدوث جلطة ( احتشاء ) فيه .

كما أكدت الدراسات العلمية الحديثة أن زيت السمك يخفــض مـــستوى الغليسريدات الثلاثية ( وهي إحدى دهون الدم الهامة ) . كمـــا يمكـــن أن يساعد في خفض ضغط الدم المرتفع .

وحث رسول الله صلى الله عليه وسلم على تناول التمر فقال :

" من تصبح كل يوم بسبع تمرات عجوة ، لم يضره في ذلك اليوم سم ولا سحر "

والتمور غنية بالألياف ، والإكثار من الألياف في الطعام يمنع الإمساك ، ويقلل من حدوث أمراض القولون والمرارة ، وغيرها من الأمراض .

وهناك العديد من الأبحاث الطبية عن السنامكي ( Senna ) وهو السنا الذي ورد ذكره في كثير من الأحاديث النبوية الشريفة . فقد قال رسول الله صلى الله عليه وسلم :

" عليكم بالسنا والسنوت ، فإن فيها من كل داء إلا السام ، وهو الموت "

وقد خصص الأخ الأستاذ الدكتور محمد علي البار كتابا عن السنا بعنوان " السنا والسنوت " استعرض فيه استعمالات السنا في الطب الحديث وخصائصه العلاجية .

وأمر الرسول صلى الله عليه وسلم باستخدام الصبر ( Aloe Avera ) وخاصة في أمراض العين " ضمدهما بالصبر " وقد كثرت في الآونة الأخيرة الأبحاث عن فوائد الصبر في الأمراض الجلدية ، ويستخدم الصبر حاليا على نطاق واسع في مستحضرات التجميل . وقد بحث الأخ الأستاذ الدكتور محمد علي البار في كتابه الممتع " ماذا في الأمرّين : الصبر والثفاء " فوائد الصبر العلاجية بإسهاب ، واستعرض فيها أحدث الأبحاث العلمية في هذا المجال .

ووردت أحاديث صحيحة عن استخدام الحناء . وقد حظيت هذه المادة حديثا باهتمام العلماء ، وخاصة أطباء الأمراض الجلدية ، ووصفت لعلاج عدد من النظريات الجلدية وغيرها .

ومن صفات أهل الجنة أنهم يشربون كأسا كان مزاجها زنجبيلا . قال تعالى :

" ويسقون فيها كأسا كان مزاجها زنجبيلا "

وأظهرت الدراسات العلمية الحديثة أن الزنجبيل دواء فعال جـــدا في محاربـــة الغثيان والإقياء وخاصة الإقياء المعند الذي يحدث بعد إعطاء الأدوية المـــضادة للسرطان ، كما أنه دواء ممتاز لدوار البحر .

كما وردت أحاديث نبوية في الخل والكافور والتين والشعير والبطيخ واليقطين والرمان والسفرجل وغيرها .

وأما أحاديث الرسول عليه الصلاة والسلام في استخدام السواك فكثيرة جدا ، وقد ظهرت أبحاث عدة توضح خصائصه وفوائده العديدة في صـــحة الفـــم والأسنان وما يحتويه من مواد قاتلة للميكروبات ومنشطة للفم واللثة .

## طب الأعشاب.. دعوة للعودة إلى الطبيعة

عرف الإنسان الأعشاب الطبية منذ آلاف السنين و استخدمها في العديد من الأمراض ، وأوصى بها الأطباء المسلمون منذ قديم الزمان ، بيـــد أن التطور الصناعي واستخدام الأدوية الحديثة أثر على تنـــاول هـــذه الأعشاب الطبيعية كأدوية . ولكن العالم اليوم يتجه أكثر إلى الأعشاب كبديل طبيعي للعقاقير الطبية والتي ما فتئت تتسبب فـــي العديـــد مـــن المشاكل الطبية المختلفة . و فيما يلي نـــستعرض بعـــضًا مـــن هـــذه الأعشاب و خاصة تلك التى تنمو فى البلدان العربية ، و سوف نلقـــى الضوء على العديد من فوائدها الجمة ويكون ذلك ملخصا نرجع لكـــل طرف ونوع بالتفصيل .

. العرقسوس

السوس نبات بري معمر من الفصيلة البقولية، ويطلق على جذوره (عرق السوس) أو (أصل السوس) وهو مشهور في البلاد العربية منذ أقدم العصور و يسمى باللاتيني Glycerrhiza glabra و ينبت في الأرض البرية حول حوض البحر الأبيض المتوسط.

المادة الفعالة في السوس :

هي الجليسيرهزين، وثبت أن عرق السوس يحتوي على مواد سكرية وأملاح معدنية من أهمها البوتاسيوم، والكالسيوم، والمغنسيوم، والفوسفات، ومواد صابونية تسبب الرغوة عند صب عصيره، ويحتوي كذلك على زيت طيار.

الخصائص الطبية :

ـ يصنع من جذور السوس شراب (العرقسوس) وهو ملين ومدر للبول، ويسكن السعال المصحوب بفقدان الصوت (البحة الصوتية) وهو مفيد في علاج أمراض الكلى.

ـ ويستعمل مسحوقه (ملعقة صغيرة مرة واحدة يومياً) في علاج قرحة المعدة والإمساك المزمن وعسر الهضم.

ـ أثبتت أبحاث حديثة أن العرقسوس مقوٍّ ومنقٍّ للدم، ومعترف بالعرقسوس في كثير من دساتير الأدوية العالمية.

طرق الاستعمال :

لعلاج الإسهال وتليين الأمعاء يسحق أربعون جراماً من العرقسوس مع أربعين جراماً من زهر الكبريت وأربعين جراماً من الشمر وستين جراماً من "السنا مكي" ومائتي جرام من سكر النبات، يمزج الجميع وتؤخذ ملعقة واحدة مساء كل يوم لتليين الأمعاء، وملعقتان صغيرتان مساء كل يوم لإسهال المعدة .

ــ جذر العرقسوس يخلط مع (الجنسنغ) ويغلى ويؤخذ يومياً كشراب مقو عام وخاصة للقلب.

ــ يفضل عدم تناول العرقسوس في حالات فرط ضغط الدم لأنه يسبب احتباس السوائل.

. اليانسون

نبات معروف من فصيلة الخيميات، ساقه رفيعة مضلعة تتشعب منها فروع طويلة تحمل أوراقاً مسننة مستديرة، والأزهار صغيرة بيضاوية الشكل، والمستعمل منه فقط البذور.

المواد الفعالة :

زيت طيار ــ فلافونيدات.

الخصائص الطبية لليانسون :

ــ مهدئ للأعصاب، ومسكن للمغص والسعال.

ــ منشط للهضم ومدر للبول.

ــ واليانسون مفيد للولادة ولعملية إدرار اللبن.

الزَّنْجَبِيل

نبات من العائلة الزَّنجباريّة، وهو أصلاً من نباتات المناطق الحارة، يحتوي على زيت طيار له رائحة نفاذة وطعم لاذع . يكثر في بلاد الهند الشرقية والفلبين والصين وسيلان والمكسيك.

المادة الفعالة في الزَّنْجَبِيل: زيت طيار ومواد فينولية وقلوانيات ومخاط نباتي.

المستعمل من الزَّنْجَبِيل: جذوره وسيقانه المدفونة في الأرض (الريزومات).

طرق الاستعمال الطبية :

ــ يستعمل منقوعه قبل الأكل كمهدئ للمعدة وعلاج النقرس، كما أنه هاضم وطارد للغازات.

ــ ويستعمل الزنجبيل لتوسيع الأوعية الدموية، وزيادة العرق والشعور بالدفء وتلطيف الحرارة، وتقوية الطاقة الجنسية.

ــ ويستخدم كتوابل في تجهيز الأطعمة ومنحها الطعم المميز.

ــ يضاف إلى أنواع من المربيات والحلوى، ويضاف إلى المشروبات الساخنة كالسحلب والقرفة.

ــ يضاف من (٥ ــ ١٠) نقاط من زيت الزنجبيل إلى (٢٥) مل زيت لوز لمعالجة الروماتيزم.

ــ وتضاف نقطة أو نقطتان من الزيت على قطعة سكر أو مزيج نصف ملعقة صغيرة من العسل، وتستعمل لانتفاخ البطن ومغص

الحيض والغثيان.

البابونج

نبات حولي من فصيلة المركبات، يوجد في الحقول وعلى جوانب الطرق بالمناطق الحارة، والنبات عشبة يتراوح ارتفاعها ما بين ١٥ ــ ٥٠ سم، ساقها متفرعة، أوراقها طويلة ومجنحة، وأزهارها بيضاء، ولزهرة البابونج رائحة عطرية تميز العشبة عن أعشاب تشبهها لا رائحة لها.

المواد الفعالة:

تحتوى على ١ % زيت أساسي يحتوي على (الكامازولين) الأزرق وغيره.

الخصائص الطبية:

ــ يستعمل من الخارج مسحوق الأزهار لمعالجة الالتهابات الجلدية والقروح والجروح فى الفم والتهاب الأظافر.

ــ ويستعمل بخار مغلي الأزهار للاستنشاق فى حالة التهاب المسالك الهوائية: الأنف والحنجرة والقصبة الهوائية.

ــ ويستعمل مستحلب الأزهار من الخارج لغسل العيون المصابة بالرمد، ولعمل دوش مهبلي لمعالجة إفرازات المهبل البيضاء أو النتنة، أو للتقيحات الجلدية بشكل عام.

ــ ومغلي البابونج مفيد لحالات الاضطرابات الهضمية ومضاد للتقلصات وخافض للحرارة.

ـ ويستخدم البابونج في مستحضرات التجميل الطبية.

السحلب

نبات معروف وهو عشبي معمر من فصيلة السحلبيات، يزرع للزينة كما يوجد برياً، وهو نبات مشهور بمسحوقه الأبيض النشوي الذي يصنع منه شراب السحلب المعروف. ومن أسمائه الأخرى: أبقع، خصي الثعلب، خصي الكلب، قاتل أخيه.

المادة الفعالة في السحلب: مواد هلاميـــة، ومواد زلاليـــــة.

الخصائص الطبية :

ـ السحلب مضاد للإسهال وخاصة عند الأطفال، ولوقف النزيف الداخلي في المعدة (قرحة المعدة).

ـ يصنع منه شراب منعش يحلى بالعسل والسكر والحليب.

الشعير

نبات عشبي حولي من الفصيلة النجيلية، وتزرع منه أنواع كثيرة منها الشعير الأجرد أو السُّلت وهو يشبه القمح. ويعتبر الشعير أقدم مادة استعملها الإنسان في غذائه، وقد جاء ذكر الشعير ضمن الحبوب في القرآن.

المواد الفعالة في الشعير :

نشا، وبروتين، وأملاح معدنية منها الحديد والفوسفور والكالسيوم والبوتاسيوم.

الخصائص الطبية :

ـ الشعير ملين ومقو للأعصاب ومنشط للكبد.

ـ ماء الشعير معروف لعلاج السعال وتخفيض درجة الحرارة.

ـ يستعمل مغلي نخالة الشعير في غسل الجروح المتقيحة.

ـ يستعمل (الهوردنين) المستخرج من الشعير حقناً تحت الجلد أو شراباً لعلاج الإسهال و(الدسنتاريا) والتهاب الأمعاء.

الخروع

نبات شجري يتبع العائلة الفربيونية، أوراقه ذات خمسة فصوص في شكل راحة اليد، وثماره تحتوي على لوزة زيتية تعتصر ويخرج منها زيت مشهور، وتحتوي بذرة الخروع على حوالي ٥٠ % من وزنها زيتاً، وهذا الزيت هو المستخدم طبياً.

المواد الفعالة :

زيت أساسي يحتوي على (ستيارين، وريسيولايين، وبلمتين)، ويلاحظ أن البذور تحتوي على مواد سامة.

الخصائص الطبية

ـ زيت الخروع مسهل معروف، وله تأثير كبير في علاج الأمراض الجلدية وتقرحات الجلد وإدرار اللبن

نبات معروف من الفصيلة المركبة، وهو نبات معمر لأوراقه رائحة عطرية، وله أنواع كثيرة أغلبها برية، ويمكن زراعته في الحدائق الخفيفة في التربة الرملية. المستعمل منه النبات كاملاً عدا الجذور.

المواد الفعالة :

زيت أساسي ومادة (السانتونين).

الخصائص الطبية :

ــ يحتوي الشيح على مادة (السانتوين) الفعالة في طرد الديدان من المعدة، كما أنه يقطع البلغم ويعالج المغص.

ــ والشيح يستعمل بخوراً ويحرق في المنازل لتطهيرها من الروائح الكريهة ولطرد الهوام.

شمر

عشبة من الفصيلة الخيمية يبلغ ارتفاعها نحو متر أو مترين، كثيرة الأغصان بأوراق خيطية تتدلى إلى الأسفل، ولونها يميل إلى الزرقة، ساقها مبرومة زرقاء أو حمراء داكنة، وأزهارها صفراء اللون تكون حبيبات صغيرة طولانية صفراء رمادية مخططة. المستعمل منها الجذر الغض والبذور.

المواد الفعالة :

زيت طيار، وأحماض دهنية، وفلافونيات، وفيتامينات، ومعادن.

الخصائص الطبية :

ــ الشمار طارد للريح ومنشط للدورة الدموية ومضاد للالتهابات.

ــ مغلي البذور مسكن وملطف للمعدة ومدر للحليب أثناء الإرضاع.

ــ زيت الشمار مفيد لمشاكل الهضم ومسكن للسعال والأمراض النفسية.

ـ يذاب زيت الشمار مع (٢٥) نقطة من زيوت الصعتر والأوكالبتوس في (٢٥) مل من زيت عباد الشمس أو زيت اللوز، ويفرك به الصدر لعلاج الأمراض الصدرية.

ـ منشط رحمي، لذا يجب تجنبه أثناء الحمل.

الزعفران

نبات بصلي من فصيلة السوسنيات، والجزء الفعال في الزعفران أعضاء التلقيح وتسمى (السّمات) وتنزع من الزهور المتفتحة، وتجفف في الظل ثم على شبكة رفيعة أو دقيقة على نار هادئة. وهذه المادة لونها أحمر برتقالي وذات رائحة نفاذة وطعم مميز، وتحفظ في أوانٍ محكمة لكي لا تفقد قيمتها كمادة ثمينة.

المواد الفعالة :

تحتوي أعضاء التلقيح (السمات) على زيت دهني طيار ذي رائحة عطرية ومواد ملونة.

الخصائص الطبية :

ـ زيت الزعفران مضاد للألم والتقلصات، ومزيل لآلام الطمث وآلام غشاء اللثة.

ـ مسكن ومقو للجهاز العصبي المركزي، كما أنه مفيد لحالات الضعف الجنسي.

ـ يستعمل الزعفران كتوابل في تجهيز الأطعمة والمأكولات.

الكراويا

نبات حولي من فصيلة الخيميات، ينمو فى الحقول والأحراج وعلى جوانب الطرق،

والجزء الطبي منه المستعمل هو الثمرة التي لها طعم حاد حريف ورائحة معروفة. يتواجد في مناطق حوض البحر الأبيض المتوسط وإيران ومنغوليا.

المواد الفعالة :

زيت طيار بنسبة ٣ ــ ٨ % ومواد هاضمة مثل (الكارفون) و(الليمونين).

الخصائص الطبية :

ــ تنشيط الجهاز الهضمي ومعالجة المغص المعوي خصوصاً عند الأطفال، والمساعدة على طرد الغازات.

ــ يساعد على إدرار اللبن عند المرضعات وتسكين آلام الرحم بعد الولادة.

ــ زيت الكراويا يستخدم في تخفيف آلام الروماتيزم في المفاصل والعضلات.

ــ تستعمل في بعض الصناعات الغذائية مثل بعض أنواع الفطائر والجبن.

الحنة

نبات شجيري من العائلة الحنائية، جذوره حمراء، وأخشابه صلبة

تحتوي على مادة ملونة تستعمل في الشرق كخضاب للأيدي والشعر باللون الأحمر، وهي من النباتات الكثيرة التي شاع استخدامها عند قدماء المصريين، ويوجد منها أصناف كثيرة مثل: البلدي، والشامي، والبغدادي، والشائكة. والحناء البلدي هي أغنى هذه الأنواع بالمواد الملونة.

المواد الفعالة :

تحتوي الحناء على مادة قابضة معروفة باسم (التانين) وتحتوي أوراق الحناء على نسب عالية من المواد الملونة أهمها مادة اللوزون، وتحتوي على مواد تنينية ومواد صمغية.

أماكن تواجد الحناء :

الحناء من نباتات المناطق الاستوائية، ويرجح أن يكون موطنه الأصلي إيران أو الهند. المستعمل منه مسحوق الأوراق والزهور.

الخصائص الطبية :

ـ تستعمل الحناء في التجميل؛ فيخضب بمعجون أوراقها الأصابع والأقدام والشعر، للسيدات والرجال على السواء، بالإضافة إلى استعمالها في أعمال الصباغة.

ـ وتستعمل عجينة الحنة في علاج الصداع بوضعها على الجبهة.

ـ وتستعمل زهور الحنة في صناعة العطور.

ـ والتخضب بالحناء يفيد في علاج تشقق القدمين وعلاج الفطريات المختلفة.

ـ وتستعمل الحناء في علاج الأورام والقروح إذا عجنت وضُمِّدت بها الأورام.

ـ وقد ثبت علمياً أن الحناء إذا وضعت في الرأس لمدة طويلة بعد تخمرها فإن المواد القابضة والمطهرة الموجودة بها تعمل على تنقية فروة الرأس من الميكروبات والطفيليات، ومن الإفرازات الزائدة للدهون، كما تعد علاجاً نافعاً لقشر الشعر والتهاب فروة الرأس.

ويفضل استعمال معجون الحناء بالخل أو الليمون؛ لأن مادة (اللوزون) الملونة لا تصبغ في الوسيط القلوي.

التمر هندي

من الفصيلة البقلية، أشجاره ضخمة تنمو بالمناطق الحارة، والثمرة عبارة عن قرن مبطط منحن قليلاً، وله قشرة رقيقة بداخلها لب بني لحمي حمضي المذاق.

المواد الفعالة :

تحتوي ثمرة التمر هندي على حامض الطرطريك وسترات البوتاسيوم وحمض الليمونيك، بالإضافة إلى حمض التانين القابض. يزرع في المناطق الحارة وموطنه الأصلي الهند. المستعمل من التمر هندي الثمرة الناضجة الطازجة.

الخصائص الطبية :

ـ يعمل من منقوعه شراب بارد منعش في فصل الصيف.

ـ ملين خفيف، ومن المستحسن شربه على الإفطار للصائمين.

ـ يستعمل مغلياً كالشاي ضد الحميات.

ـ يحضر مركب من نقيعه في الحليب بنسبة (١ ـ ٤) ويسمى مصل التمر الهندي، يفيد في إزالة الحموضة الزائدة في الجسم.

جوز الطيب

نبات يتبع الفصيلة البسباسية، وقد عرفه العرب واستعملوا بذوره، وتتميز أشجاره بالأوراق المتبادلة كاملة الحافة، بيضاء الأسطح السفلى، أما الأزهار فهي بيضاء صغيرة في مجموعات خيمية، والثمار لحمية تفتح بمصراعين أو أربعة. وتعرف بجوزة الطيب.

المواد الفعالة :

يحتوي جوز الطيب على زيت طيار يشمل (البورينول) و(الأوجينول) ودهن صلب ونشا. توجد في جزر الهند وسيلان والملايو. المستعمل منها نواة الجوزة تستعمل كما هي أو مطحونة ويستخلص منها زيت عطري.

الخصائص الطبية :

ـ تعتبر جوزة الطيب من المواد المنشطة والطاردة لرياح المعدة.

ـ يستعمل زيت جوز الطيب في صناعة المراهم التي تعالج الروماتيزم، وهو منبه جنسي قوي، ويحذر من إدمانه لأنه قد يؤدي إلى ضعف دائم.